

病児保育室 パンジーキッズ だより

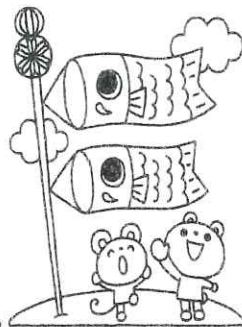
2023.5



あっという間に汗ばむ季節がやってきました。この春入園した園児も園での生活にすっかり慣れてきたことでしょう。

5月5日 端午の節句
こいのぼりのヒミツ。。。

鯉は、滝をのぼって
龍になると
言われていた。
そんな鯉のように
たくましく育って
ほしいという
願いが込められている。



そろそろ疲れが出るころ・・・?!
免疫力をあげる生活習慣を!!

お風呂に入る

室温調節と換気

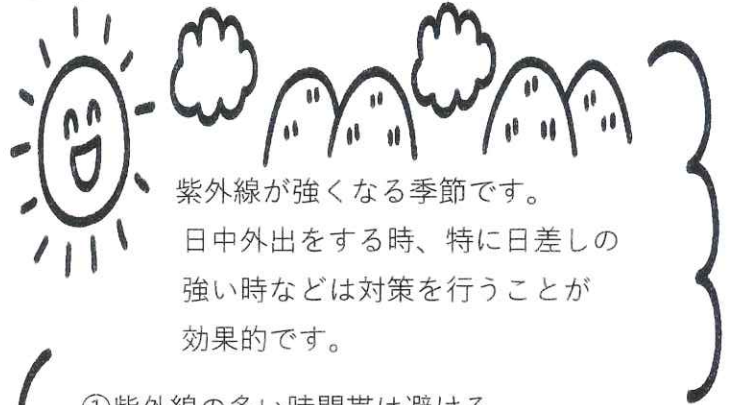
朝ごはん
朝うんち

好き嫌いのない食事

こまめに脱ぎ着

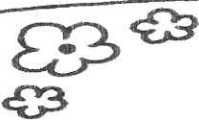
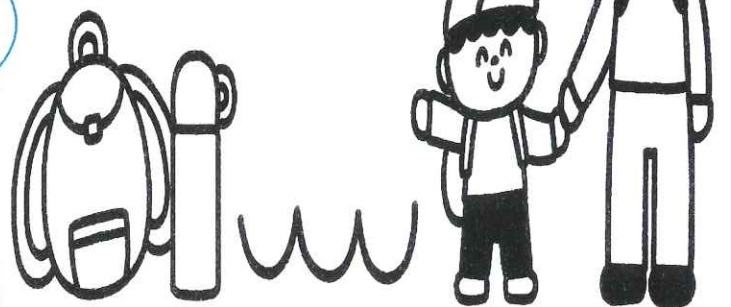
早寝
早起き

手洗いうがい



紫外線が強くなる季節です。
日中外出をする時、特に日差しの強い時などは対策を行うことが効果的です。

- ①紫外線の多い時間帯は避ける
- ②日陰を利用する
- ③日傘を使い帽子をかぶる
- ④袖や襟のついた衣服で肌を覆
- ⑤サングラスや紫外線カット眼鏡をかける
- ⑥日焼け止めを上手に使い、こまめに塗りなおす



効果絶大の子育て神フレーズ

「すごい」「えらい」より子どもをのばす言葉は.....

⇒過程をほめる・事実や具体的なことを褒める

自分で起きて準備できたね!
トイレに行っから、パンツで過ごせたね!

(子育て神フレーズ著書引用)

