



病児保育室 パンジーキッズ だより

2023.7



まだまだ梅雨のお天気が続いていますが、晴れ間がのぞいた日にはとても気温が高くなり、夏の訪れを感じるようになりました。梅雨明けが待ち遠しいですね。



七夕の由来

お願い事を笹の葉に飾ると、織姫と彦星の力で願いが叶えられたり、みんなを悪いものから守ってくれるという言い伝えがあるのだそうです。



暑くなると食欲が落ち、冷たい食べ物や飲み物を取りがちですが、胃腸に負担をかけることがあります。炭水化物やたんぱく質・ビタミン・ミネラルなどのバランスのよい食事を心がけましょう。夏野菜にはビタミンがいっぱい含まれています。そのままと食べられない子もカレーやみそ汁などに入れ、進んで取り入れていきましょう。



夏の皮膚トラブル



日焼け予防策…日焼け止め・服装・遮光ネットを利用・活動時間と休憩の確保
あせもの予防策…エアコンを上手に利用・汗をかいたら拭く、洗い流す
虫刺され予防策…虫よけ剤・環境チェック



効果絶大の子育て神フレーズ

どうしても伝えたいルールを伝える場合、何て言えばいい？
⇒気持ちに共感して、行動を改めさせましょう

- * そうしたかったんだね。でも危ないよ！
- * 楽しかったんだね。でも走ったらどうなるかな？
- * おもしろいね。でもテーブルは
足を置く場所じゃないよ！
(子育て神フレーズ著書引用)

