



# 病児保育室 パンジーキッズ だより

2024.1

明けましておめでとうございます。今年もよろしくお願ひ致します。  
新年の始まりです。気持ちも新たに、日々楽しく過ごしていきましょう。  
寒さに負けず元気に!!

## 春の七草(セリ・ナズナ・ゴギョウ・ハコベラ・ホトケ/ザ・スズナ・スズシロ)

7日に七草がゆを食べると、1年間病気になることが  
元気に過ごせると言われています。胃腸にとっては優しい  
食べ物です。  
是非 家族で食べて元気に過ごしていきましょう。

## 生活リズムをチェック!!

- \* 早寝早起きはできていますか?
- \* 朝ご飯を食べていますか?
- \* 歯磨き・顔洗いをしていますか?
- \* 排便できていますか?
- \* 自分で身支度できていますか?

## 生活リズムを整えることは大切!!

## パンジーキッズからのお知らせ

インフルエンザや熱で利用のお子さまが増えて  
きました。  
予約は、利用日の前日になります。  
利用人数によっては同室になります。  
3歳児以上は必ずマスク着用になりますので、  
よろしくおねがいします。

## 効果絶大の子育て神フレーズ

落ち着いて座ってられない⇒常に動きたい欲求があるのでじっと  
できないのは当たり前  
一緒に楽しく過ごせる方法を提案します

- \* おしりに、のりパタン!
- \* ひざとひざがくっつきたいって言うてるよ!
- \* おてて絵本、見てみようか(両手を絵本に見立てて遊ぶ)

(子育て神フレーズ著書引用)