



病児保育室 パンジーキッズだより

2025

雨音を楽しめる6月の季節は、玄関にかわいらしい長靴が並びます。晴れたり雨が降ったりといった自然の変化を感じながら、夏の訪れを待ちたいと思います。服装や健康状態にも気を付けていきましょう。

爪はきれいかな？

子どもたちは様々なものに触れるため、爪の中に汚れが入ったり、伸びていると欠けたりしてしまいます。汚れを溜めると炎症を起こし、爪の病気になってしまうので、手洗いで落としきれない汚れは、お風呂できれいに落としてあげましょう。



6月4日は、虫歯予防デー

6（む）4（し）と読めることから

6月4日は、虫歯予防デー。

6月4日～10日を歯と口の健康習慣といい
歯や口の中の健康を見直す
一週間とされています。



熟睡するために

バランスの良い食事をとり、日中は活発に体を動かすことがよい睡眠を促します。

最近は、室内遊びで運動不足になり、夜更かしをする子どもが増えています。

また、テレビモニターの光は脳を興奮させ、ますます睡眠不足に陥るという悪循環にもなっています。少なくとも就寝時間の30分前にはテレビを消しましょう。部屋を暗くして寝るのが苦手な子どもには、小さな明かりをつけてあげたり、部屋の温度に気を付けることも大切です。



[いーはとあーは] 楽しい明快な絵、好奇心を刺激するユーモラスな文。

これを読んだら、きっと「いーは」になれること間違いなしですよ。

[そうくんのさんぽ] そうくんが途中でお友達に
出会いながら散歩を楽しむというわかりやすいお話なのですが、
その光景が忘れられなくなるほどユニーク。



えほん