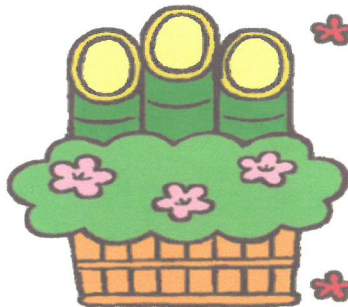




今年もよろしくお願ひします。

お休みいかがでしたか?それぞれ楽しいお休みが過ごせたことと思います。  
今年も笑顔いっぱい保育園、こどもたちにとってよい年になりますように。  
どうぞよろしくお願ひいたします。

1年で一番寒い時季を迎え、風邪やインフルエンザなど感染症もピークを迎えます。保育園は集団生活の場です。園でも十分注意していきますが、まずは手洗い、うがいをしっかり行い予防しましょう。  
そして早期発見、早期治療を心掛け、感染が広がらないように周りへの配慮もお願ひいたします。



これからの予定

- 12日(金) 英語で遊ぼう
- 17日(水) たこあげ
- 24日(水) 避難訓練

今月の歌

- \*こぎつね
- \*ごんべさんのあかちゃん
- \*豆まき



## お知らせ

- \*2月24日(土)は職員研修の為**休園**になります。
- \*3月17日(土)は新入園児オリエンテーションを午後行いますので、**保育は14時まで**とさせていただきます。
- \*3月31日(土)は卒園式を行います。うさぎ組さんは**親子**で参加して下さい。りす組さん、ひよこ組さんは**3月30日(金)**が今年度最終日になります。  
ご協力お願ひ致します。

## 今年度も残り3ヶ月元気に登園するために!!



### 生活リズムをチェック

今の生活をチェックしてみましょう。

- 早寝早起きをしていますか?
- 朝ごはんを食べていますか?
- 歯みがき・顔洗いをしていますか?
- うんちをしていますか?
- 自分で身じたくをしていますか?



### 鼻水が出るとき

ふだんはある程度の鼻水があっても、鼻からあふれ出ることはありませんが、かぜのウイルスや細菌が入ってくると鼻の粘膜がはれ、いつも以上に液を出します。透明の鼻水が出るとかぜのひき始めで、黄色い鼻水になると、ウイルスと戦っていると、栄養や十分な睡眠をとって、元気な体で過ごせるようにしましょう。



### 鼻のかみ方

鼻水は、すするより出すほうがよいそうです。鼻水が出たらティッシュペーパーでかみましょう。反対側の鼻を押さえて口から息を吸い、優しく片方ずつかみます。その後は必ず手を洗いましょう。間違ったやり方をしていると、鼻血が出たり耳が痛くなったりすることがあります。

