



袖ヶ浦市立中川幼稚園
 令和4年10月27日(木)
 発行責任者 鴫田道雄
 編集責任者 平野朋美

気持ち良い秋晴れの下、子ども達はのびのびと体を動かしています。「しっかり食べて、たくさん遊んで、たっぷり眠る。」規則正しい生活リズムの中で、寒さに向かう体力をつけていきましょう。



**咳や鼻水などの
 風邪症状での欠席が
 増えています!!!**

風邪が流行ってきました

日中は暖かく過ごしやすい陽気ですが、夕方から一気に冷え込みはじめ、夜から朝にかけては寒くなってきました。なのに、子どもって暑がり！気付くと布団を蹴飛ばしていませんか？

ある小児科の先生が「子どもは年に7回は風邪を引く」と言っていたのを思い出しました。いくら気を付けていても、これからの時期は大人でも風邪を引いてしまうと思います。基本的には、風邪症状のある場合は登園を控えてください。引き続きのご協力をお願いいたします。

せきエチケットを教えましょう

鼻や口を覆わずに、咳やくしゃみをする、ウイルスの入った飛沫を拡散させることになります。4・5歳でもできる「せきエチケット」を身につけましょう!!!

※2歳未満の子どもは呼吸機能が未熟なため、マスク着用は推奨されていません。



何もしないでせきやくしゃみをする

せきやくしゃみを手で押さえる



正しくマスクをつけ、口鼻を覆う



ハンカチやティッシュペーパーで口鼻を押さえる

使ったティッシュペーパーはすぐにゴミ箱へ



そでやひじの内側で口鼻を押さえる

鼻水が出たら、一人で鼻をかめるかな？

マスクの中が鼻水だらけだと気持ち悪いですね。家庭ではつい大人が手を出してしまいがちですが、そろそろ自分で鼻がかめるように、練習しましょう。

お弁当に色々な食材が！

少しずつですが、食育の効果が
 見られるようになり嬉しく
 感じています!!!

