



朝夕の涼しい風に秋の気配を感じるようになりました。ご家庭での夏休みを事故なく過ごし、少し日焼けをして成長した姿を見てうれしく思います。読書の秋、スポーツの秋(運動会もあります)秋の夜長をテレビを消して夏の疲れをいやす時間に試してみてくださいもいいですね。

薄着の習慣は秋からスタート

肌寒くなってくると、つい子どもに厚着をさせますが、子どもは意外と寒さに強いもの。冬に向けて抵抗力をつけ、丈夫な皮膚を作っていくためにも、今から薄着を心がけていきましょう。

薄着で過ごすコツ

- 寒いときは薄手の上着で調節する
- 肌着を着て保温する
- おなかと背中が出ないようにする



大人より「少し遅く」「1枚少なく」!

大人が「長そでを着よう」と思ったとき、子どもは長そでにするのを少し遅らせる。大人が重ね着するとき、子どもは1枚少なく着せる。こうすると、自然と薄着が習慣づけられます。

秋冬のスキンケア 3か条

秋冬の乾燥した空気は、デリケートな子どもの肌には大敵。放っておくと、かゆかゆ、かさかさになってしまいます。「こまめに、丁寧に」日常的なケアをしてあげてください。

① たつぷり保湿

保湿剤は、お風呂上がりには必ず塗りましょう。肌に湿り気があるうちに使うと、角質層に水分を閉じ込められるので効果的。

② 清潔を保つ

顔に汚れなどが付いていたらきれいにふいて。お風呂ではごしごしこすらず、せっけんを泡立てて優しく洗います。

③ 刺激を少なくする

直接肌にふれる衣類は綿素材がお勧め。ポリエステルなどの合成繊維は静電気を起こしやすいため、皮膚を刺激してかゆみのもとに。



ごぞんじですか?

AEDの設置場所

9/9は救急の日です

当園では事務所のカウンターにあり、毎日動作確認をしていて、万が一の場合にも訓練された私たち職員が使用できるようになっています。

おしらせ

1. 尿検査
3. 4. 5歳児に尿検査の容器一式をお配りしました。
提出日は9/2(金)です。
2. 保健指導
9/7(水)に“目を大事にしよう!”(仮題)という保健指導を幼児を対象に行います。
只今、興味を持ってもらえる材料を用意しています。どうなるかしら?