



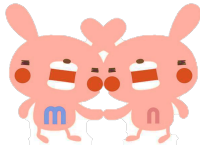
1月 まな児遊園

幸くるルーム

令和2年1月1日



えんだより



「冬」という季節を感じながら、日々遊びを楽しんでいる子ども達。お友達と一緒に、寒さにも負けず元気いっぱいです！

これからも寒さが増し、乾燥している時期なので、体調管理には十分気を配って過ごしていきたいと思えます。

新しい一年が、皆様にとって笑顔がたくさんになりますよう、お祈り申し上げます。

★今月の目標★

生活：一人ひとりの健康状態に留意しながら、元気に冬を過ごせるようにする。

遊び：0歳児～おすわりやハイハイで、体を動かして遊ぶ。

1、2歳児～ゆきあそびを楽しむ。

♪ 今月のうた

ゆきや こんこ
あられや こんこ
ふっては ふっては
ずんずん つもる
やまも のはらも
わたぼうし かぶり
かれきのこらす
はなが さく

今月の行事予定

- ・ 8日(水) お誕生日会
 - ・ 16日(木) 避難訓練
 - ・ 31日(金) 身体測定
- 〈英語教室〉
- ・ 10、17、24、31日(金)
- 〈リトミック〉
- ・ 9、23、30日(木)



★今月のお弁当の日は**17日(金)**です！



17日ほんまゆうとくん 2さい

天気がよい日は雪遊びを楽しみたいと思えますので、防寒具の準備をお願い致します。

- ・ 長靴
- ・ 手袋 (防水のもの)
- ・ 帽子
- ・ ジャンプスーツ (上下別も可)



ほけんだより

冬に感染症が流行しやすいのはなぜだろう？

理由① ウイルスが強くなるから

ウイルスは低い温度・湿度をととても好む性質があります。そのため、冬の寒さや乾燥した空気はウイルスにとってとても過ごしやすい環境なのです。

理由② 人の免疫力が低下するから

低い気温で体温が下がると、免疫力が下がるといわれています。また、乾燥した空気にさらされたり、水分を積極的とらなくなったりすることで体の中の水分量も少なくなりがちです。人間の体は60%が水分です。体内の乾燥で、のどや気管支の粘膜がカラカラになると、ウイルスの侵入を防ぐ働きができなくなってしまいます。

理由③ ウイルスが飛びやすくなるから

空気の乾燥によって咳やくしゃみの飛沫物(鼻水やつば)が小さくなると、飛沫物はより遠くまで飛びやすくなります。

～おねがい～

★手洗い・うがい、加湿する、こまめに水分補給をするといった、予防行動をしっかり行いましょう！