



ほけんだより

あけましておめでとうございます。年末年始のお休みはいかがでしたか？
 不規則な生活習慣がついてしまった・・・というお子さんはいませんか？
 毎日冷え込み、体調を崩しやすい時期です。気持ちも新たに、健康管理に留意しましょう。

やけどに注意しましょう！

小さいお子さんは皮膚が薄いため、低い温度や短い時間でもやけどをしやすいので、気をつけましょう。

こんなところでやけどをします！

- ・電気ポットや炊飯器
- ・ファンヒーターの吹き出し口
- ・熱い食べ物や飲み物
- ・アイロン
- ・熱いシャワー

予防のポイント

- ・ポットなど、低いところにおかない。
- ・熱い飲み物などの取り扱いには気を付ける。
- ・アイロンの使用後は別のところに片づける。
- ・お風呂では蛇口をさわらせない。
- ・ストーブなどには囲いをする。

鼻かみはゆっくりと片方ずつ

子どもが自分で鼻をかむ場合、ゆっくりと片側の鼻の穴を押さえながら、かむように教えましょう。
 強くいっぺんにかむと、鼓膜に圧力がかかり、中耳炎の原因になることもあります。



身体測定のお知らせ

・百合組	17日
・梅組	18日
・桃組	15日
・菊組	8日
・竹組	9日
・藤組	17日