

# ほげんだより11月

令和3年10月29日  
祝 昌 保 育 園  
祝 昌 第 二 保 育 園  
上 陽 保 育 園



だんだんと日が短くなって、近づく冬を感じますね。本格的な冬が訪れる前の温かくて穏やかな天気のことを「小春日和」といいます。澄んだ秋空とやわらかい日差しのもとで、小春日和に紅葉を満喫するのもいいですね。ただ、朝晩は冷え込むので衣服で調節をして、風邪をひかないように気をつけてくださいね。

## その「困った」もしかしたら“サイン”かも…



お子さんが「なかなか寝てくれない」「なんだかずっと不機嫌…」。忙しいおうちの方にとっては、少し「困ったな」と思う行動かもしれません。でも、それが“サイン”だったら…

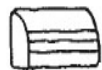
かぜなどの感染症にかかっている「体の不調」だけでなく、ストレスや不安を感じている「心の不調」の場合もあります。上手く自分で伝えられないお子さんが発する「SOS」に気づいてあげてくださいね。



こんな様子はありませんか？

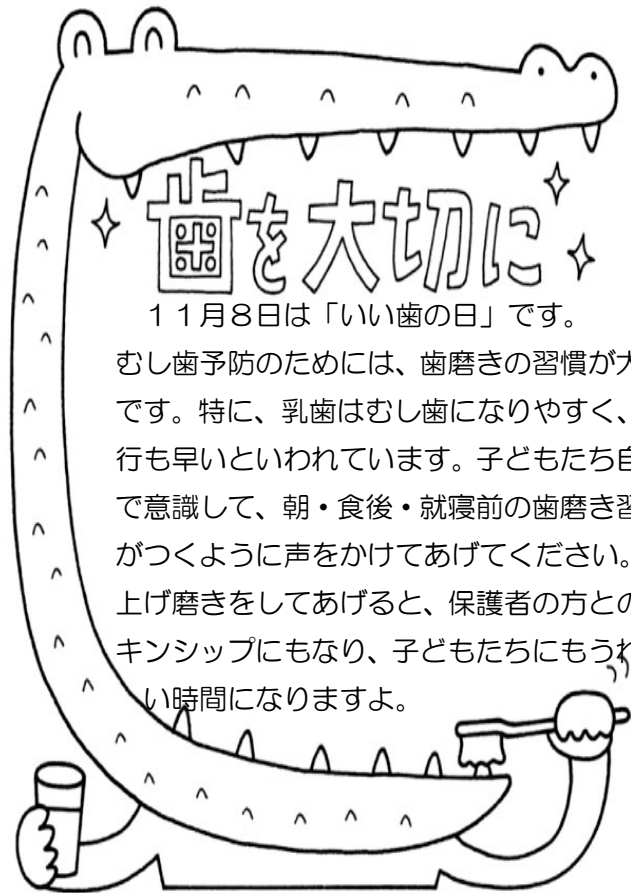
- ◎ 不機嫌
- ◎ おねしょ
- ◎ よく泣く
- ◎ 食欲低下
- ◎ 寝つきが悪い
- ◎ いつもより甘えてくる

「いつもと違うな」と感じるがあれば、お知らせください。



## 冬はもうすぐ！ かぜ予防を

ほかほかと太陽のぬくもりを感じる日もあれば、冷たい雨が降る日もあり、暖かさと寒さの間を行ったり来たりしながら冬に近づいています。1日のなかでも朝夕と日中との気温差が大きくなってきました。暖房器具を使用することが多くなると、空気が乾燥し、ウィルスが増えるのに格好の条件になります。元気に冬を乗り切るために、規則正しい食事や睡眠はもちろんのこと、外出後や食事前にはうがい、手洗いを欠かさないように心がけましょう。



## 歯を大切に

11月8日は「いい歯の日」です。

むし歯予防のためには、歯磨きの習慣が大切です。特に、乳歯はむし歯になりやすく、進行も早いといわれています。子どもたち自身で意識して、朝・食後・就寝前の歯磨き習慣がつくように声をかけてあげてください。仕上げ磨きをしてあげると、保護者の方とのスキンシップにもなり、子どもたちにもうれしい時間になりますよ。



これまで、インフルエンザと診断を受けた場合には、医師による治癒証明書の提出が必要でしたが、昨年同様、新型コロナウイルス感染症対策の一環として、治癒証明書の提出を不要とします。ただし、保護者が記入する「インフルエンザにおける療養報告書」の提出が必要になります。別紙参照のうえ、ご協力お願いいたします。