



朝晩の冷え込みが厳しくなりましたが、晴れた日はぽかぽか陽気で過ごしやすく、戸外活動には最適の季節となりました。週末は、ご家族で元気いっぱい体を動かし、冬に負けない丈夫な体力づくりをしていきましょう。



熱が出た時のホームケア

◆◆体温測定◆◆

まず、体温計で正確に測る事が大切です。

室温が高かったり、厚着をしているだけで、体温が上がることがあります。また、脇に汗をかいていると反対に低く測定されることもあります。測るときは、脇の一番深いところに体温計の先端を差し込んでください。

◆◆安静◆◆

病気を早く治すには、栄養と安静がとても大切です。ゆっくりと休める環境を整えて下さい。また、高熱の時は胃腸の動きも鈍くなっていますので、消化の良いお粥や野菜スープなどをお勧めします。

1時間おきなど、こまめに少量ずつ水分補給をして下さい。

◆◆体温調節◆◆

手足が冷たく寒そうにしている時は、室温をあげ、衣服や毛布の調節をして下さい。反対に、顔が火照っていたり全身が熱い時は、脇や足の付け根などを保冷剤等で冷やします。汗をかいたら下着を取り換えてください。

11月8日は

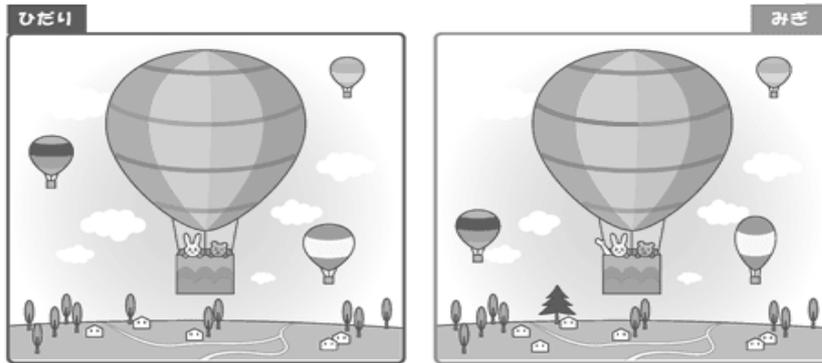
『いい歯の日』

歯が生えたら、かかりつけの
歯科を見つけて定期健診
を受けましょう。

秋から冬にかけて、色々な感染症が流行するシーズンです。登園許可書や、治癒証明書の提出が必要な疾患がありますので、入園のしおり等で今一度、ご確認をよろしくお願ひします。

まちがいさがしコーナー

こんかいはすこしむずかしいよ！まちがいが6こあるよ。
みつけたら「みぎのえ」に○をつけてね。



まちがいがわかったら、かんごしさにこのかみをわたしてね。
すてきなプレゼントがあるよ。
ひとりではできないおともだちは、
かぞくのひとといっしょに
やってみてね♪

20日まで

くみ なまえ

キリトリ

【 六つになったよ！ 】

私たちは、子どもたちが胎生期からママだけでなく
たくさんの養育者に愛されるために生まれてくるのだそうです。
可愛い天使の微笑や仕草、表情、眼差しなどを身につけて生まれてくると
新しい脳神経科学のエビデンス（科学的根拠）が発表しています。

赤ちゃんの時代から人間として生きていくために必要な生きる基盤
「愛された育ち」と「だきしめ言葉」を求めて生きているようです。
そして6歳までの精神発達を「熊のプーさん」で知られるA・A・ミルンは、
実に楽しくあどけなく、しかも的確に次のように語っています。

『六つになった』

A・A・ミルン

周郷 博 訳

一つのときは、
なにもかもはじめてだった。
二つのときは、
ぼくは まるっきり しんまいだった。
三つのとき、
ぼくは やっと ぼくになった
四つのとき、
ぼくはおおきくなりたかった。
五つのときには、
なにからなにまでおもしろかった。
今は六つで
ぼくは ありったけ おりこうです。
だから いつまでも
六つでいたいと ぼくはおもいます。

社会福祉法人 童心会

理事長 中山 勲