



ひまわり通信

山手こひつじ保育園子育て情報誌 25号

まだまだ汗ばむ陽気の日もありますが、朝夕は涼しく確実に秋が深まりつつありますね。過ごしやすくなったこの時期、お散歩や公園での遊びなど体を動かしてたくさん楽しめると思いますね。



★健康に過ごす第一歩は薄着から★

これから秋、冬に向けて保育園でも薄着を励行しています。丈夫なからだを育てるために、薄着はとても大切です。もちろん、過度の薄着は禁物ですが、気温の変化を感じることは自律神経を鍛え、肌に良い刺激を与えてくれます。皮ふが丈夫になると、免疫力がつくの風邪をひきにくい丈夫なからだをつくることができます。

★本当に寒くない？★

赤ちゃんの手足がひんやりして機嫌や顔色がよく体が温かい場合は、正しい服の着せ方をしていると判断して大丈夫です。くしゃみをしたり、体全体が冷えているときは様子を見ながら服を調整してあげましょう。

★寝ているときの服の着せ方★

寝ているときも薄着が良いでしょう。眠りたては体から熱をたくさん発散するのであまり布団をかけず、寝入って手足がひんやりしてきたら、布団をかけてあげましょう。

★厚着のデメリット★

赤ちゃんは、体からたくさんのエネルギーを放出しているため体温が高く、保温する必要がありません。厚着にすると、体をぐったりさせたり、赤ちゃんらしい動きをしなくなります。また、「冬あせも」の原因にもなるので、上着を脱ぐ、着せるなどその都度調整をしていきましょう。

● 10月の地域活動 ●

出前保育「いっしょにあそびましょう」

10月15日(水) 10:00～白糸台中部公会堂

サークル活動「まあるくな〜れ」山手こひつじ保育園

10月8日(水) 10月23日(木) 10:00～

雨天中止



みなさんのご参加をお待ちしています。

【府中市からのお知らせ】

平成27年4月より保育制度が大きく変わります。それに伴い、子ども・子育て支援新制度市民説明会が開催されます。

第1回 平成26年10月8日(水) 18:30～20:00 府中グリーンプラザ大会議室

第2回 平成26年10月11日(土) 10:00～11:30 府中駅北第2庁舎3階会議室

詳しくは府中市からのお手紙でご確認ください。

パートナー保育登録をお願いします

メールやインターネットを通してのお知らせを随時しているため、是非登録をお願いします。お時間がある時に保育園までお越しください。特別事業参加時には登録のご協力をお願いしています。

社会福祉法人東京山手マリヤ会
山手こひつじ保育園
2014・9・25発行
府中市白糸台4-13-8
TEL 042-314-0840