



令和6年1月10日 深谷市立幼稚園

今月のちょっと
みて・みて!

きれいに手を洗おう



寒くなってから、手洗いを水だけでサッと済ませていませんか？指先を軽く水で湿らせて終わりにしている様子もチラホラ…。【手洗いは感染症予防の基本】です！寒さに負けず、手洗いの習慣をしっかりと身につけましょう。

手洗いのタイミング



今年もよろしく
お願いします

2024年、いよいよ新しい1年の幕開けですね。みなさんは、どんな冬休みを過ごしましたか？幼稚園は無事に3学期が始まり、子供達の元気な声が響き渡って園舎も一気に明るくなりました。楽しい冬休みが終わると、残りの3か月はあっという間に過ぎてしまいます。3学期は、今の学年のまとめ・新しい学年への準備となる大切な学期です。充実したまとめ・準備の時期になるよう、そしてお子さまが元気に！健康に！楽しく過ごせるよう、より一層、健康管理に気を付けていきましょう。

本年もどうぞよろしくお願いいたします。

毎日、寒い日が続いていますね。毎年1月～2月にかけては、1年の中で最も寒さが厳しく、空気が乾燥します。手洗い・うがい・マスクだけでなく、**水分をしっかりと取ったり、室内の湿度を調整したり**することが、かぜや感染症の予防で大切なポイントとなります。気持ちも新たに、体調管理に気を付けていきましょう。まずは、「冬休みモード」の生活を「幼稚園モード」の生活に切り替えることから、少しずつ始めてみましょう。

「ポケットハンド」を
つかまいませんか？

「ポケットハンド」とはポケットに手を入れること。手が冷たくて暖かいポケットの中に入れてくくなる気持ちもわかります。

でもこの状態していると、自然と背中が曲がって姿勢が悪くなってしまいます。

もっと気を付けたいのが
転んだ時。手がポケットに入っていると、とっさに手



を出さず、歯が折れたり、頭をぶついたり、大けがにつながります。

「ポケットからすぐに出せるよ」と思うかもしれませんが、人が転ぶまでの時間は約1秒。でも人が転ぶと思ってから手を出すまでには3秒もかかって間に合いません。

寒い時は手袋をして、
転倒に注意しましょう。



正しい手洗いしてますか？

こまめに、正しい手洗いをしましょう。30秒くらいかけて、隅々までいねいに洗うことが大切です。小学校に入学するまでは、おうちの人の援助や見守りをお願いいたします。



★清潔なハンカチで手を拭き、しっかり乾燥させましょう！