



つくしだより

(2月の行事予定)
19日(木) 誕生日会

主題 "はすむいて"
令和8年2月7日 市場保育園

寒さが一段と増す時期となりました。一年で最も寒い日が続くと言われる2月。空気が乾燥して、感染症も流行する時期です。お子さん達にも、体調に影響が出やすくなってきます。日頃より、早寝・早起きなどの規則正しい生活を心がけ、又、特にこの時期は、温かい食事を摂り、体を温めて、栄養バランスの取れた食事を心がけてあげて下さい。免疫力が低下すると、感染症などにもかかりやすくなりますので、病気に負けない丈夫な体づくりを目指していきましょう。園でも引き続き手洗いやうがい、消毒をしたり、部屋の加湿機などをして感染症予防を行っていきたく思います。今年度の残り2ヶ月となりましたが、1日1日を各クラスお子さん達と共に大切に過ごしていきたいながら、お子さん達のより良い成長を願う日と、お子さん達と楽しく遊んでいきたいながら、集大成へと向かっていきたいと思っております。



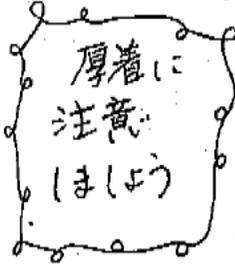
3月14日(土)
生活発表会
があります。

3月14日(土) 9:30～生活発表会があります。各クラス、一年間、それぞれの年齢の発達を踏まえ、お話を軸に、一年間の遊びを積み重ねた集大成をこの日、保護者の皆様にご覧頂きたいと思っております。当日は、温かい声援をどうぞよろしくお願い致します。合わせて卒園式も続けて行いますので、市場保育園を巣立ちゆく9人の年長児のお子さん達の卒園を皆さんでお祝いして頂きたいと思っております。よろしくお願い致します。



冬の風邪に
注意しましょう

冬に流行する風邪には、発熱、鼻水、喉痛などの主症状の"鼻と喉のかせ"と嘔吐や下痢が主症状の"お腹に来る風邪"(感染症胃腸炎)があります。冬場、特に注意するのはインフルエンザです。特に重症化する事があり、発熱や悪寒、筋肉痛を伴います。これらの症状がみられた時には、速やかに病気を受診しましょう。



厚着に
注意
しましょう

つい厚着にしておしまいがちな季節ですが、薄着にしていると、冷たい空気が刺激となって、皮膚の感覚器官が敏感になり、体温調節機能が高まります。そうすることで、自律神経のバランスが乱れていきます。又、免疫力が高まり、風邪を引きにくくなります。もともと着込んでいては、動きにくくて、活動的になりませんので、薄着にすることで、思い切り体を動かして過ごしていきたいです。(今月は、苦情はありません)