

## みみちゃん通信 NO.10 岐聖大ふぞく幼稚園発行

新しい年を迎えて半月が過ぎました。年末年始はいかがお過ごしでしたか？いつもとは違うまわりの様子を感じたり、いろんな人との関わりもあったことでしょうか。また、思いがけない雪が降って雪遊びを楽しんだり、お買い物や初詣などご家族で出かけられることも多かったのではないかと思います。年齢が低くても、多くの刺激を受けながら楽しさを感じたり、ちょっと緊張したり、社会性が育つ機会でもあったことと思います。ひとつ大きくなる今年、自分でできることがどんどん増えていきます。お子さんの成長を見守りながら毎日を有意義に過ごしていけたらと願っています。

どうぞ今年もよろしくお願い致します。



### とってまはや~い3学期

1月行く月、2月逃げる月、3月去る月と言われるように3学期は瞬く間に過ぎていきます。幼稚園では12月に行うはずだった生活発表会がインフルエンザのため2月に延期になり、それが終わるといよいよ卒園、修了の準備にかかります。

入園を4月に控えてみえるお子さんもそろそろ準備を始められる頃でしょうか。期待と不安もあるのではないのでしょうか？排泄、食事、衣服の着脱など自分でできなくてちょっと心配な方もみえるかと思いますが、焦らず慌てず親子でじっくり取り組んでいただきたいと思います。もし、入園までに間に合わなくても大丈夫、いつかきっとできるようになるからと大らかな気持ちでいてくださいね。

### 気をつけよう！冬の衣服

(学研 こどもと1月号)

冬の衣服に関して健康や安全面における注意点ををご紹介します。保温性を高めるために...

同じ衣服でも着方によって暖かさが変わってきます。たとえば

1. 必ず下着を着る
2. セーターやフリースの下には体にぴったりするシャツを着る。
3. 首元が詰まった衣服を着る。

体を動かして汗をかき、そのままにしておくと風邪をひくこともあるので、状況に合わせて対応しましょう。

危険を防ぐために...



冬の防寒具で思わぬ事故が発生することもありますので、くれぐれも注意しましょう。

1. 上着のフードや首回りのひもが滑り台・ジャングルジムなどの遊具、ドアノブに引っかかってしまうことがあります。
2. ズボンや上着のすそに付いているひもが遊具や自転車、ドアに引っかかったり、自分でひもを踏んで転倒することがあります。
3. 室内靴下をはいて走り滑って転倒したり、ズボンのすそが長すぎるとつまずいて転ぶこともあります。



### 寒さに負けない体づくりを始めましょう！

- ・朝、起きたらすぐに子どもと一緒に水で顔を洗う。
- ・お風呂から上がる時に、ひざから下に水をかける。

末梢神経に刺激を与えることで、寒さに対して防御する力が働き、毛細血管が収縮して、体温調節が上手にできる体になります。