

みみちゃん通信 NO.9 岐聖大ふぞく幼稚園 発行

いよいよ本格的な冬を迎えようとしています。カレンダーも残り1枚となり、何となくあわただしいけれどクリスマスや年末行事など楽しいこともいっぱいです。寒さが厳しくなると、つい厚着をさせてしまいがちですが、薄着と手洗い、うがいの習慣を身につけて丈夫な体づくりに心がけましょう。年末年始はご家族のみなさんが健康で、楽しいひと時を過ごせるよう願っています。



<上手な手の洗い方>

学研 ほけんだより 12 か月より

 ①腕まくりをする	 ②水道水で手を濡らす	 ③石鹸をしつかり泡立てる	 ④手のひら、甲を洗う	 ⑤指と指の間を洗う
 ⑥親指を反対の手で包んで洗う	 ⑦よくこすって爪の間を洗う	 ⑧手首を洗う	 ⑨石鹸を流す	 ⑩清潔なタオルで拭く



<効果的なうがいの仕方> ぶくぶく1回→がらがら3回

- ① ぶくぶくうがい…うがい液を口の中でぶくぶくして吐き出す
- ② がらがらうがい…うがい液を口に含み、のどの奥まで届くように上を向き15秒ほどがらがらして吐き出す



★「もったいないお婆さん」の絵本で知られている真珠まりこさんの、身の回りのものを大切に思う心、「ありがとう」の優しい気持ちを子ども達にもぜひ伝えてあげてください。

年に一度のお掃除 自分のは自分で掃除できるかな
おもちゃ ブロック お人形 絵本
ぐちゃぐちゃになっていたら 整理して
汚れていたら きれいにふいてしまおうね



おうちのお手伝いもできるかな
使ったものに感謝をこめて大掃除



窓のガラスは ぬれた新聞紙で拭いてから
乾いた新聞紙で拭くと ピカピカになるよ

みかんの皮は ペンで書いた いたずらも拭けるし
台所の油污れも 落ちるよ 革の靴を磨く 道具にもなるよ

(真珠まりこのエココロノートより)

おいしい絵本「おでんのゆ」作・絵/真珠まりこ(ひさかたチャイルド)

おでんの具のお風呂の時間です。“おでんのゆ”に次々と入ってきます。一番乗りは大根さん。ゆっくり入るのが大好き。次はちくわくん、その次はじゃがいもくん。みんな入って“おでんのゆ”はいっぱいです。肩までつかってよい気持ち。「1・2・3・4・5…」「もういいかい。



もういいよー」次のページをめくるのが楽しみな絵本です。
みんなで入ったらあつあつのおでんのできあがり!