



七・五・三 ってなあに？

毎年、幼稚園でもこの時期になると千歳袋を子ども達が工夫を凝らして作り、飴を入れて持ち帰っています。七・五・三とは、男の子が3歳と5歳、女の子は3歳と7歳の年の11月15日に、成長を祝って神社・寺などに詣でる年中行事です。本来は数え年ですが、現在は満年齢で行われる場合が多くなっているようです。地方によっては風習も異なるようですが、子どもの成長を感謝し、今後の幸せと健康を祈る家族の思いは同じです。千歳あめが紅白で細長いのもわが子の長寿を願う気持ちが込められているのだそうです。成長の節目に家族でお祝いし、みんなが笑顔で楽しい時間をもつことは、子どもにとって大切な経験になりますね。



秋の自然物であそぼう！

どんぐりやまつぼっくりなどの木の実や、赤や黄色に色づいた落ち葉、じゅず玉、すすきなど秋は遊びに使える自然物がいっぱいあります。ちょっと足を止めて、お子さんと一緒に拾い集めてみてははいかがでしょうか。小さな手で無心に拾う子どもの姿って本当に可愛いものです。形や色の違いに気づいたり、数をかぞえてみたり、ままごとあそびに使ったり、おもちゃや飾りを作るなど遊び方は利用次第でどんどん広がっていきます。自然が私たちに与えてくれる

ものってとても大きいですよ。ぜひ、お子さんと一緒に季節を感じながら近くの公園や神社などに足を運んでみてください。



インフルエンザ対策はお早めに

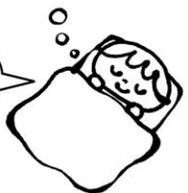
インフルエンザに感染すると、高熱、せきや鼻水、のどの痛み、筋肉痛などのつらい全身症状を伴います。家族からうつることも多いので、みんなで予防を心がけましょう！

予防のために

- ① 予防接種を受けるようにする
- ② 外から帰ったら、必ずうがいと手洗いをする
- ③ 栄養のある食事と、水分をしっかりとる
- ④ 室内の湿度、温度に気をつけ、こまめに換気する
- ⑤ 室温は20℃前後、湿度は60%くらいを保つ
- ⑥ 人込みを避ける



たっぷりの
睡眠も大切！



<インフルエンザ と風邪の違い>

くしゃみや鼻水、発熱などの症状があれば一般的に「風邪」と総称されます。インフルエンザは「急に高い熱が出て、後から咳や鼻水が続き、関節の痛みを伴うなど症状が重い」のが特徴です。肺炎や気管支炎、急性脳症などの合併症を起こすこともあるのでくれぐれも気をつけましょう。