



# ひかりだより

Vol. 186 (令和6年) 院内保育所 ひかり



## 《今月のねらい》

- ◆春の訪れを感じながら散歩に出かけたりみんなと一緒に遊ぶ事を楽しむ。
- ◆季節の変わり目で気温の変化によって体調を崩しやすいので健康に気を付け元気に過ごせるようにする。



♪あかりをつけましょぼんぼりにお花をあげましょ桃の花～♪と子ども達のかわいい歌声が聞こえて来ます。壁には、子ども達の手作りのおひな様を飾り桃の節句を祝います。今年もあっという間に、1年が過ぎもう3月。入所時期は様々でしたが、一人ひとり大きく成長して出来る事も増えました。今月は、この1年を振り返りながら季節も良くなってきたので、戸外や散歩にも出かけ春を感じながら楽しく過ごして行きたいと思います。

～3月の行事予定～

- 1日 (金) 身体測定・ひなまつり会
- 6日 (水) 避難訓練(火災)
- 9日 (金) 避難訓練(地震)
- 22日 (金) 誕生日会
- 29日 (金) お別れ会

※毎週土曜日 布団持ち帰り

かわいいおひな様

子ども達の作った、可愛いおひな様



節分会の様子

赤鬼さんの登場に

ビックリ!



ちびっ子鬼さんに変身!

かわいい鬼さん大集合!



悪い子は  
いないか!



大きなかぶごっこ



うんとこしょ。どっこいしょ。

それでもカブは抜けません。



てぶくろの絵本



## 鼻水のおはなし

季節の変わり目やアレルギーなどにより、子どもは鼻水が出やすくなります。鼻水の他に、発熱、喉の痛み、食欲不振、黄色や緑色の粘り気のある鼻水が続くなどの症状があれば病院で診てもらいましょう。

どうして鼻水が出るの? 鼻水は体を守るために必要なもので、鼻や喉に付いたウイルスを排除する為に出るものです。また、炎症を起こした鼻の粘膜を守る役目もあります。

小さい子はこまめに吸い取って!

まだじょうずに鼻をかめない子は、ティッシュでこまめに拭いてあげたり、鼻水吸引器などを使って吸い取ってあげたりしましょう。また、頻繁に鼻水を拭いていると、鼻の下の皮膚が赤くただれてくるので、その場合は炎症を抑える軟膏を塗ってあげましょう。

鼻がかめるようになったら... 自分で鼻をかめるようになってきたら、片方ずつ、軽くかむように習慣付けましょう。強くかむと、耳を痛めてしまったり、炎症がひどくなったりすることがあります。また、鼻が詰まっていて鼻水が出ない時は、水分をこまめにとり、部屋の湿度を調節しましょう。