



2月になると立春です。今年の立春は、2月4日です。寒さのピークのようなこの時期に春と言われてもピンときませんが、立春は春のはじまりの日です。まだ生まれたての春のパワーは弱々しいですが、日に日に強くなって、少しずつ風景が変わっていきます。そんな寒さの中でも、元気いっぱいな子どもたち。でも、低温・低湿の冬は、ウイルスが大好きな季節です。発熱と下痢の症状でお休みする子どもちらほらと・・・
じょうぶな体作り、環境作りに気を配り、寒い冬を元気に乗り切りましょう。



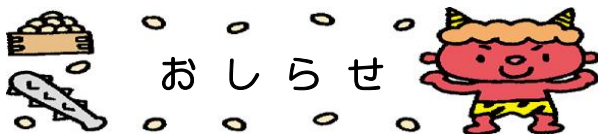
しもやけの原因は、冷えて手足の先の血流が悪くなることです。予防する4つの「し」を覚えましょう。
芯から温まる・・・**しもやけを予防する4つの「し」**

①お風呂にゆっくり浸かったり、温かいものを食べて、体の芯から温まりましょう。

②しっかり防寒・・・寒暖差が大きいと、しもやけのリスクは高くなります。外出時は、マフラー、マスク、耳当て、帽子で暖かく。

③湿気を避ける・・・ぬれた靴下や手袋で手足の冷えがよけいにひどくなります。こまめに取りかえを。

④しめつける靴をはかない・・・きゅうくつな靴で、足元の血流が悪くなります。



2月24日（木）は、園医による歯科検診です。（コロナ感染症の感染状況などによる中止や延期もあるかもしれません。）

前回の検診で虫歯のある人は、歯医者さんに行きましょう。



2月の身体計測

2月15日（火）・・・0, 1, 2歳児

2月16日（水）・・・3, 4, 5歳児



毎月の身体計測・・・赤ちゃんクラスは、大泣きする子どももいて賑やかな中で行われています。自分の体のことについて関心をもつことや大きくなったことをみんなで喜んだり。もっと大きくなりたという気持ちに繋がり、元気にこれからも成長して行ってほしいと思います。（身体計測前の様子です。実際には、靴下を脱いで測定しやすい服装で行います。）

