



ほけんだより

ナーサリーにじいろ♥まむ

TEL0178(80)7088

令和5年5月1日発行

春の暖かい風が心地よく感じられ、子ども達は毎日戸外遊びや散歩を楽しんでいます。疲れが出て怪我をしたり、体調を崩しやすい時期でもあるので、規則正しい生活を心がけ手洗いうがいもしっかり行っていきます。

今日は…暑い日？
寒い日？

5月は気温の変化に注意！
風邪などをひかないように
気をつけましょう。



厚着をせずに、
上着で調節！

爪を切って清潔に！

大人より子どもの方が爪は早く伸びます。

手の爪は1週間に1回、
足の爪は2週間に1回

のペースで確認し、
切ってあげてください。



ゴールデンウィークも生活リズムを整えて、 健康に過ごそう！



いつもと同じ時間に寝て、
いつもと同じ時間に起きる！
夜更かしは✕



朝ごはん
おいしいね



2つの約束を
守って
過ごして下さい★

毎日朝ご飯を食べる！
お菓子ばかりは✕

ゴールデンウィーク中は、親子の触れ合いやコミュニケーションを沢山取って、心身ともにリフレッシュしながら家族時間を楽しんで下さい♡