



ほけんだより 1月号



●『笑う門には福来る！』

私たちのからだは、常に細菌やウィルスが侵入したり、がん細胞が生まれたりしています。そんな病気のもとを、ナチュラルキラー細胞という免疫力が退治してくれています。そして、ナチュラルキラーカー細胞を元気にするのは、私たちの“笑い”。悲しみやストレスを受けてると、反対に、元気をなくしてしまいます。

年末年始は、家族や身近な人と過ごす中で、自然と笑顔になる機会も増える時期ですね。慌ただしい毎日ですが、ほっと笑える時間を大切にしていきたいですね。



◆“笑い”的チカラ◆

- ・脳の働きが良くなる！
- ・自律神経のバランスが良くなる！
- ・血液の流れが良くなる！
- ・ストレスの解消になる！
- ・幸福感がアップする！

大笑いしなくとも、
笑顔や作り笑いでも効果はあるそうです！

お知らせ

保育園で病院受診をした際、これまでには、後日に保険証・医療証をお預かりし精算させていただきました。この度保険証のマイナンバーカードとの統合と新規発行停止に伴い、今後は保護者の方に病院へ行っていただき、返金手続きをしていただくことになります。マイナンバーカードはお預かりすることができませんのでご了承ください。

詳細は、対象となる方へ必要となったときにお知らせいたします。どうぞよろしくお願いします。



机上での不審者対応訓練をしました！

もし園に不審者が来たらどうする？どうやってこどもたちの安全を守る？職員はどう連携する？…などを職員間で話し合いました。さすまたってどのタイミングで使うの？や、不審者が室内へ入って来そうになつたらカギだけじゃなく、ドアストッパーをとりつけておくと時間稼ぎになるんじゃない？等々意見を出し合いました。今月は多摩中央署より警察の方に来ていただき不審者対応訓練を行います。これまでに出た意見や疑問を踏まえ、いざというときに落ち着いて行動できるように、確認と練習をかさねていきます。



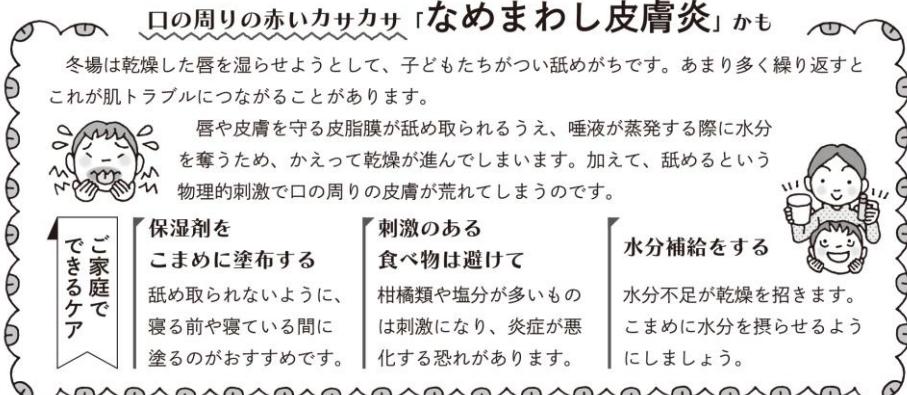
今月の予定

| | | |
|--------|-----------|------|
| 5日(月) | もみじ組 | 身体測定 |
| 6日(火) | あんず組 | 身体測定 |
| 7日(水) | たんぽぽ組 | 身体測定 |
| 8日(木) | もり組 | 身体測定 |
| 9日(金) | うみ組 | 身体測定 |
| 13日(火) | にじ組 | 身体測定 |
| 22日(木) | 園医診察(0歳児) | |

12月の感染症状況

インフルエンザ

もみじ組 1名 あんず 1名 たんぽぽ組 5名
もり組 6名 うみ組 1名 にじ組 1名 職員 4名



乾燥する冬から
子どもたちの肌を守りましょう