

POCCOだより



No.86
発行元 POCCOながい

子どもたちの元気な声や挨拶と共に新しい年がスタートし、改めてみんなの笑顔が私たちのエネルギーになっていることを実感できる瞬間でした。今の時季、空気が乾燥しており、体調を崩しやすい季節です。子どもたち、そして私たち自身共に体調管理に気を配りながら過ごしてまいりたいと思います。本年もどうぞよろしくお願い致します。



冬休みの思い出

冬休み中の活動

- 体を動かす活動
- マクドナルド昼食会
- 伝承遊び
- 大掃除
- 誕生会
- 初詣

長期休暇中は、様々な準備にご協力いただきありがとうございました。お陰様で楽しく安全に過ごすことができました。



お誕生日おめでとう

HAPPY BIRTHDAY

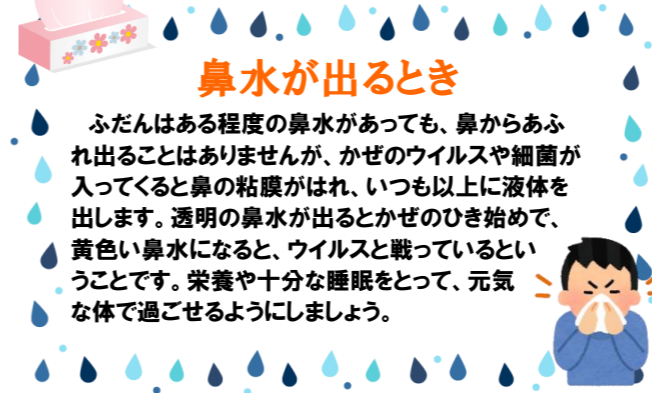


团子下げ

毎玉だんご、お花紙だんごや折り紙で飾りを作り、ミスキの木に下げました。

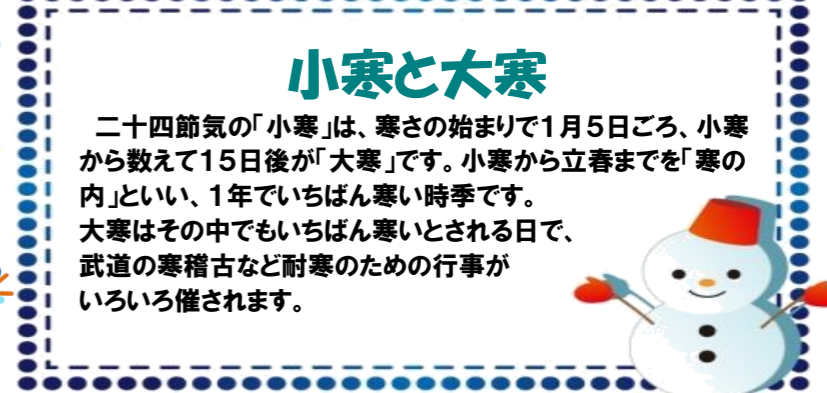
110番の日

1月10日は「110番の日」です。交通事故やどろぼう・ひったくり・不審人物を見たり不審な音を聞いたりしたときに警察に通報しますが、電話をするときは、いつでもどこがあつたのか、被害状況などを伝え、最後に自分の名前や連絡先を知らせます。いざというときのために、一度確認してみましょう。



鼻水が出るとき

ふだんはある程度の鼻水があっても、鼻からあふれ出ることはありませんが、かぜのウイルスや細菌が入ってくると鼻の粘膜ははれ、いつも以上に液体を出します。透明の鼻水が出るとかぜのひき始めで、黄色い鼻水になると、ウイルスと戦っているということです。栄養や十分な睡眠をとって、元気な体で過ごせるようにしましょう。



小寒と大寒

二十四節気の「小寒」は、寒さの始まりで1月5日ごろ、小寒から数えて15日後が「大寒」です。小寒から立春までを「寒の内」といい、1年でいちばん寒い時季です。大寒は中でもいちばん寒いとされる日で、武道の寒稽古など耐寒のための行事がいろいろ催されます。



春の七草

7日に七草がゆを食べると、1年間病気にならず、元気に過ごせるといわれています。お正月に、つい食べてきて疲れた胃腸にとっては、優しい食べ物です。

～感染予防のお願い～

- ①マスクの着用
 - ②手洗い・消毒の徹底
 - ③三密を避ける
- ※本人及びご家族が感染の疑い、濃厚接触者の場合には必ずPOCCOながい(0238-87-0534)にご連絡をお願い致します。 ※更に感染対策の徹底をお願いします。

