

毎日を元気に過ごそう！！

☆まずは手洗いから！

外から帰ってきたときや、トイレの後は手洗いうがいをしよう

1歳、2歳でも上手に洗えるんですよ。



幼児さんは指や腕まで上手に洗います。



これは日々の積み重ねです。ぜひお家でも一緒に洗い、褒めてあげてください。

ひばり組になると看護師から
手洗い指導を受けます。



はやぶさ組になると雑巾を絞りお部屋もピカピカに拭いてますよ。
お家でもお手伝いをお願いすると楽しんで出来ると思います。



梅雨時の体調を崩さないために...

☆おなかを冷やさない ☆栄養をしっかり取る ☆たっぷり眠る

保育園ではえんめい茶を飲んでいきます。



延命茶の中には、エンメイ草、クマ笹、クコ葉、ハブ茶などが入っており、それを30分～1時間煮出し、味と香りを抽出しています。園の朝おやつ（煮干し）との相性が良いです。ゴクゴク飲んで汗をいっぱいかき、代謝が良くなります。この夏を乗り切りましょう！！