

ぞろ組さんへ・・・明日は「お弁当日（水筒・箸）」です。

明日から半日保育となり、ランチが始まります。年長児が一人一人にていねいに教えてくれながら「待ち遠しくそして楽しく、おいしく」食べる時間になるように、そして一人一人に合わせながら慣れていくようにしていきます。明日は水曜日で、「お弁当日」です。全部食べられた喜びを感じられるように、お母様が張り切りすぎないように、特に新入児の方は少な目で、おにぎりにするなど食べやすく、デザートも少な目にする配慮をお願いします。

うがいをしよう

1 コップのみずをくちにいれる

2 うえをむく

3 ガラガラをして

4 ペーっとはく

「あー」といながらするとじょうずにできるよ

健康で一年間、過ごせるように

「手洗い・うがい」を家族そろって、外から帰ったらすぐにおこなひましょう！

園では、外で遊んだ後には「ガラガラうがい」をして、のどのバイキンを追い出しています。（ご家庭でも左図を参考にして、習慣づけていきましょう！）

てをきれいにあらおう

1 そでをまくっててをぬらす

2せっけんをつけてぶくぶくぶく

3 てのこうをあらってごしごし

4 ゆびの あいだもごしごし

5 つゆの あいだはごちよごちよ

6 親やゆびにきつてキュッキュッキュ

7 てくびをつかんでぐりぐりぐり

8 しっかりみずでながします

9 きれいなタオルでふいたらびっぴか

園では外から帰った後、食事前には「液体や泡の手洗いせっけん」を使って、右図の要領で手洗いをおこなっています。こどもたちは手洗いが大好きで、遊びに発展してしまったり、石けんをつけ過ぎたりしてしまう子もいますが、一人ひとりの洗い方を見ながら伝えていきますので、ご家庭でも参考にしてください。トイレ後の手洗いを忘れる子が多いので、トイレ後も手を洗うことを伝えていきましょう！

ぶくぶくうがいできるかな

1 コップのみずをひとくちくちにいれる

2 かたほうのほっぺにみずをいれてぶくぶくする

3 ペーっとはく

おともだちからないようにね

園では食後は「フクフクうがい」をていねいにし、口の中の食べカスをとるようにしています。幼児が自分では上手く歯みがきが出来ませんので、ご家庭で、朝夕に子どもが磨いた後の仕上げを大人の方がていねいにしあげてください。