

今月のテーマは「安全に過ごそう」です。

入園・進級し、新しい生活がスタートしました。園生活を元気で安全に過ごすためには、体調管理が重要です。1日3食の食事摂取や睡眠時間の確保など、基本的な生活習慣の定着を心がけましょう。

★早寝・早起き朝ごはん

子どもが健やかに過ごすためには、生活リズムを整える事がとても大切です。元気いっぱい笑顔で過ごせるように、生活リズムを整えていきましょう。

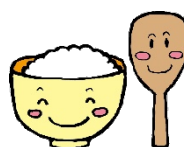
①まずは早起きから

朝の光を浴びて、毎朝7時までに起きましょう。



②朝ごはんは午前中のエネルギーをチャージ！

炭水化物でエネルギーを、たんぱく質で体温を上げ、野菜でビタミンを取り、バランスの良い食事を取りましょう。



③入眠前の習慣づけを！

寝る前に絵本を読む等「おやすみの習慣」をつけましょう。入眠しやすくなります。



★ことぶき保育園で行っている衛生・環境管理方法のご紹介

●園庭

<朝のチェック>

危険なものは落ちていないか、固定遊具は安全か、毎朝チェックしています。

<砂場消毒>

毎年1回、砂場の砂の入れ替えを行ったり、業務分担で担当の職員が定期的に砂を掘り起こし、日光消毒とネコ等のフンや危険物のチェックをし、必要に応じてクレゾールでの消毒も行っています。

●お部屋

<酸性水・アルコール消毒・天日干し>

お部屋で子ども達の触れるもの（イス・テーブル等）は、酸性水を利用して消毒を行い、感染症予防に努めています。また、日ごろ遊ぶ玩具は、使用後にアルコール消毒を行い、定期的に日干しを行っています。

<クリーンホープオゾン>

調理場やO、1歳児クラスは“加熱蒸散式害虫駆除器”を使用し、衛生・清潔に効果を上げています。

●玄関

<シェイクハンドジェル>

アルコール入りハンドジェルを玄関先に備えて、子ども達の登園時や園庭遊び等外から戻ってきた時に手指の消毒を行っています。保護者の方もぜひご利用ください。