




2017年7月号・第121号 ほほえみ通信

第121号 (H29.7.1発行)
託児施設 『シルバーほほえみ』
筑紫野市岡田3-11-1
ほほえみタウンC棟
(公社)筑紫野市シルバー人材センター
Tel: 092-919-7755
http://www.chikushino.or.jp

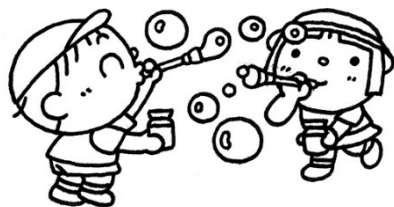
七夕の日は晴れるかな？笹を飾って星に願い事をするとう願いが叶うと言われています。シルバーほほえみも笹飾りを作って飾っています。短冊に願い事を書いてみませんか。

七夕 織り姫と彦星が年に一度会える七夕の日。七夕飾りを作りながらその由来を知っていくと、七夕への興味も深まっていきそうです。夏の星座を眺めながら、願い事を考えてみるのもいいですね。




紫外線に気をつけよう

紫外線を浴びすぎると、健康に悪い影響があることがわかってきました。人は子どものうちに大量の紫外線を浴びていると考えられています。浴びすぎを防ぐには、紫外線が強いとされる時間帯(午前10時から午後2時ごろ)に戸外に出るのを避け、戸外に出るときは帽子と長そでを着用し、日焼け止めクリームを塗る、日陰で過ごすなどが効果的です。



お知らせ

シルバーほほえみは、お盆期間も開所しています。
8月14日(月)、15日(火)のご利用をお待ちしています。



夏にかかりやすい病気

三大夏風邪と呼ばれる「ヘルパンギーナ」「手足口病」「プール熱」は夏にかかりやすい病気です。咳やくしゃみなど飛沫感染することが多く、特效薬はないため、しっかり予防することが大切です。手洗いやうがいをする、しっかり食事をとる、体を冷やしすぎない、疲れた日は早く寝るなどして、ふだんから免疫力を高めて予防しましょう。



あせも

汗をたくさんかく季節です。子どもたちは、全身がびしょぬれになるほど汗をかきます。汗をかくと肌にゴミやあかがたまり、あせもができやすくなります。タオルでふく・シャワーを浴びる・着替えをするなどして、清潔にすることが大切です。そでが付いた服を着ると、わきの下の汗を吸い取ってくれます。しっかりと水分補給をしましょう。

