



10月 リアンたより

ほうかごとう 放課後等デイサービス
リアン つぼみ

敬老の日制作☆



スイング☆



乗馬体験

おやつ作り♡

米粉ドーナツ



まどうたいけん 茶道体験



～☆ほけんたより☆～

体調を崩さないように衣服の調整や旬の栄養豊富な食べ物を食べて、免疫力を高め、風邪を引きにくい体力づくりを心がけましょう。



インフルエンザの対策はお早めに

インフルエンザに感染すると、高熱、咳、鼻水、のどの痛み、関節痛などのつらい全身症状を伴います。みんなで予防を心掛けましょう。



予防のために

- ① 予防接種をうけるようにする。
- ② 外から帰ったら必ず手洗いうがいをする。
- ③ 栄養のある食事を、水分をしっかりとる
- ④ 室内の湿度、温度に気をつけこまめに喚起する
- ⑤ 湿度は20℃前後、湿度60%くらいを保つ
- ⑥ 人ごみをさける たっぷりの睡眠も大切♡

新年度が始まってから半年、、、あっという間にもう10月ですね。朝晩は肌寒さを感じますが、日中は心地よい風が吹き過ぎやすい季節になりましたね♪
季節はすっかり秋模様となっていて、虫の声や木の実など戸外探索では秋ならではのものを沢山みつけることができます。

食欲の秋、読書の秋、スポーツの秋、多くの楽しみがある季節がやってきました！！
気温差が厳しいですが、体調に気を付け元気いっぱい過ごしていきましょう♪♪



こどもたちの

すがた



《お買い物模擬体験をしました☆》



お買い物模擬体験では、お金のやりとり、計算の仕方、買い物の仕方など楽しみながら学びました♪



《小規模多機能ホーム 笑福に行ってきました♪》



佐々町にある笑福へ敬老の日になんでリアンの子ども達と慰問へ行ってきました☆子ども達の笑顔にみんなほっこりになり、歌やダンスなど地域交流を楽しみました♪



～10月10日は目の愛護デー～

子ども達の目は毎日発達していて、目の視力機能は6歳前後にほぼ完成すると言われてます。

その後の視力低下するのは幼い頃の姿勢や身体の動かし方が関係しているそうです。
自然の中で十分に遊ばせ、外の景色を沢山見せることで、お子様の視力を育てていきましょう。

こんなことはないかな？

チェックしてみよう！

- | | |
|-------------------------------------|-------------------------------------|
| <input type="checkbox"/> 目がショボショボする | <input type="checkbox"/> 目ヤニがでる |
| <input type="checkbox"/> ぼやけてみえる | <input type="checkbox"/> 光がまぶしい |
| <input type="checkbox"/> 目がかわく | <input type="checkbox"/> まぶたがピクピクする |
| <input type="checkbox"/> 目があかくなる | <input type="checkbox"/> 首や肩がこりやすい |
| <input type="checkbox"/> 頭が重い、痛い | |



おたよりの内容、画像等の無断転載、無断使用はしないでください！