



## 1月の園だより

令和7年1月4日  
水巻第一保育所

### 新年あけましておめでとうございます。

今年度も残すところ、あと3か月となりました。

子どもたちが、さまざまな行事やあそびを通して、一日一日を楽しく過ごしていただけるよう見守っていきたいと思います。

又、空気が乾燥し、体調を崩しやすい時期です。手洗いやうがい、室温管理等を徹底し、子どもたちが元気に過ごせるよう努めていきたいと思います。

#### 1月の行事予定

- 6日(月) 保育始めの会
- 15日(水) 誕生日会
- 25日(土) 保育参観  
※詳細は後日お知らせ致します



#### ゲーム依存に注意!!

幼児期からスマホやタブレットでゲームをする子どもが増えています。『世界保健機構(WHO)』は2019年に『ゲーム障害』を設定しました。さまざまな研究から映像ゲームを長時間行うと脳に変質が起きることが明らかになっています。スマホを使いすぎる子どもは、大脳全体の発達が止まっていたことも報告されています。

大人でもやめることが難しい面白いゲーム。一度ゲーム依存状態になってしまうと、本人や家族では止めることが難しく、専門医による治療が必要になることも多いようです。現代では難しいこともあるとは思いますが、大人が生活環境を管理していくことができるこの幼児期に、少し考えてみたいですね。



### ～子どものスキンケア～

これからの季節は空気が乾燥し、皮膚も乾燥しやすくなります。幼児は皮膚が薄くて水分が少ない為、大人よりも乾燥しやすく、皮膚の乾燥はかゆみの主な原因にもなります。皮膚トラブルを予防する為にも、保湿を心掛けましょう。

#### クリームをぬる時は・・・

- ・風呂から上がった後に、柔らかいタオルでやさしく水分を拭き取ります。その後、速やかに保湿剤を塗るようにします(入浴後から5分以内が目安です)
- ・寒くなると、クリームや軟こうはかたくなります。かたいままでは、皮膚にダメージを与えることもあります。塗る前に手のひらや甲にクリームなどをとって、温めてやわらかくしてから塗りましょう。

#### ※乾燥対策

乾燥対策には、こまめな保湿が欠かせません。朝の着替えや、風呂上がりのタイミングで保湿剤を塗るように決めておくと、1日2回は必ず塗る機会を作ることが出来ます。



#### \*11日:鏡びらき・・・

鏡開きとは、みんなの健康や幸せを願って鏡もちを割って食べる日です。



※保育所では10日に芋ぜんざいにして、おやつの時にみんなで美味しくいただきます。