

へいわこどもクリニック 病児保育はとぼっぼニュース1月

No. 73 2017年 1月 4日 発行責任者 中田 耕次

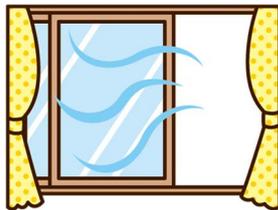
あけましておめでとうございます。冬休みは楽しくすごせましたか？つい不規則な生活をしたり、食べ過ぎたりしませんでしたか？
今年も子どもたちが健康に過ごせるように、食事、運動、睡眠のバランスを大切にしていきたいと思います。また「かぜをひかない」「手洗い・うがいをする」など健康についての目標も立ててみましょう。

寒い時期のけがや病気に注意！

こんなことに気を付けましょう



ポケットに手を入れたまま歩かないようにしましょう



1時間に1度、換気をしましょう



感染症にならないよう、人の多い場所は避けましょう



手洗い・うがいをこまめにしましょう



咳エチケットを守りましょう



乾燥しないよう加湿器をつけましょう



早寝早起きをしましょう



本年もどうぞよろしく申し上げます



はとぼっぼへのお電話はこちら：087-835-2065（平日8時～18時、土曜8時～11時半まで）