

As Naturalセンターだより 2月号



2月の活動【豆まき、ダンボール遊び】



活動の内容

今月は前半に豆まき、後半はダンボール遊びを行いました。豆まきでは新聞紙を丸めたボールを豆にみたくて、みんなで鬼を退治しました。ダンボール遊びでは、ダンボールの上に寝転がりバランスをとったり、ダンボールトンネルをくぐったり、叩いたり、ボールを落として音の違いを楽しんだり、全身を使って楽しみました。

〈今月のひとこと〉

寒さが少しずつ落ち着き、花粉が飛散しはじめていますね。花粉は目や鼻の症状だけではなく、飛散した花粉が皮膚に付着し皮膚も荒れやすくなります。こどもの皮膚は大人の2/3程度の薄さしかないと言われており、皮膚のバリア機能が弱くまた乾燥しやすいです。お家でできるケアとして、保清と保湿です。お風呂あがりの保湿や起床後ガーゼでよごれを拭き取り、保湿をすることで皮膚のバリア機能を保持することができます。

毎日スキンケアが
肌のベースを整えます。

