

# おとまほいか

内科検診のお知らせ  
 11月11日 水曜日  
 13:00

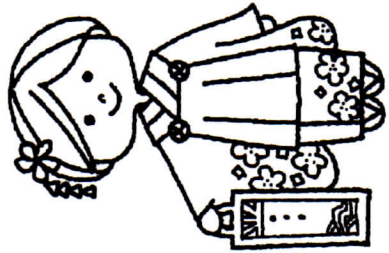
歯科検診のお知らせ  
 11月13日 金曜日  
 15:00

さつま芋堀では、皆様のご協力ありがとうございました。おかげで楽しい芋堀になりました。これからの季節、寒くなり外に出るのがおっくうになりますが、畑の作物の成長を楽しみに積極的に外遊びを楽しみます。手洗い、清潔、栄養、睡眠に気をつけてこれからの季節に備えたいと思います。

先日、近所の人に渋柿を沢山頂きました。柿の木から枝ごと柿を採ってもらい2歳児で柿の実ちぎりを吊るせるように、枝を少し残してちぎりました。調理の先生と保育士で柿をむいて、ペランダに干してあります。早く甘くならないかな〜と皆チエックしています。実は今年2度目の干し柿作りですが、前回の美味しさを知ってる分、特に待ち遠しいようです。

## 神社まで お参りに行きます。

11月中旬頃に 天気のいい日を選んで、神社まで健康と成長を願って、お参りに行こうと思います。練習で熊野神社と琴平神社に散歩に行っています。本番にどちらの神社までいけるか分かりませんが、決まり次第お知らせしますね。



## 鼻水・鼻づまり

鼻水や鼻づまりはどうして起こるのでしょうか？

鼻水…鼻を通る空気の色さや、温度、湿度、空気に含まれるゴミなどの刺激によって出ます。

鼻づまり…細菌やウイルスや冷たい空気が入ってくると、鼻の粘膜の下の血管がはれ上がり、空気の通り道が狭くなります。

この状態を鼻づまりといいます。いつも鼻水をためたままにしておくと、鼻やのどの粘膜が炎症を起こし、ほかの病気を招きます。

