

キッズリパブリックは
これからも
「未来をつくる人をつくりたい」



リパブー通信

2020(令和2)年
3月28日(土)



KIDS REPUBLIC
キッズリパブリック東戸塚イベント

キッズリパブリック東戸塚では「イベントを開催できない期間もお客さまと繋がってほしい」という思いから、この通信とキッズリパブリックアプリで情報発信を行っています。お子さまとのおうちでの生活にご活用いただければ幸いです。

おうちにあるもので

つくってあそぼう

『虫さんのカードスタンド』

トイレトペーパーの芯が虫さんに大変身!写真立てにもなるよ!

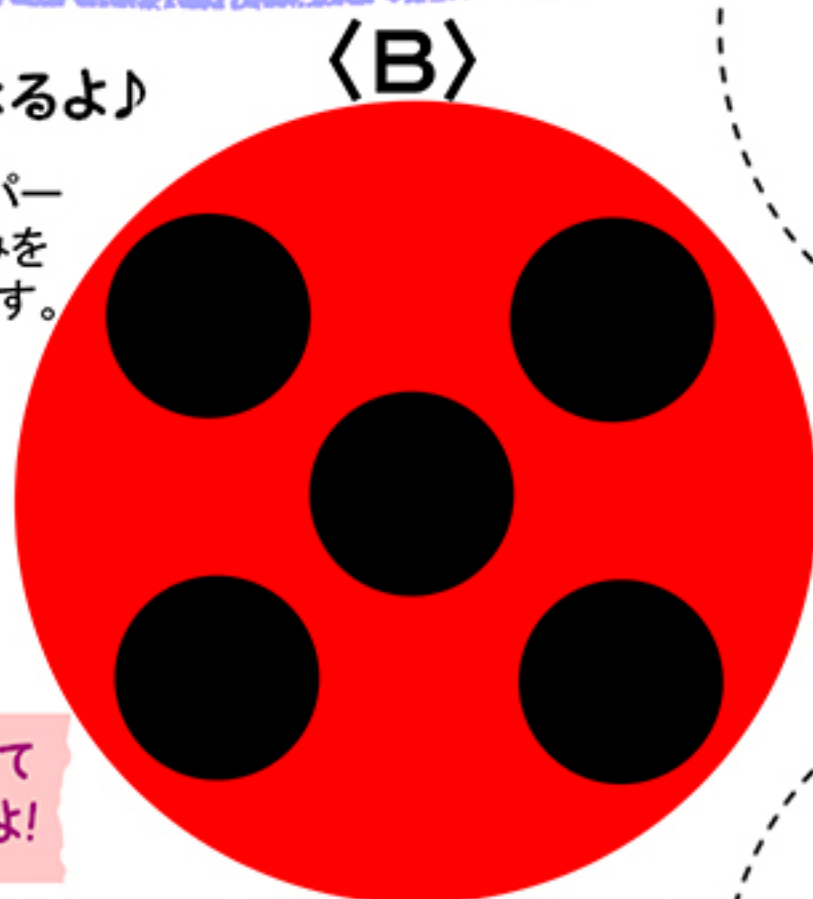
●材料●

トイレトペーパーの芯
折り紙(黒・黄色) / ペン
セロテープやのり / はさみ



- 1 半分に切ったトイレトペーパーの芯に、黄色と黒のおりがみを巻き、黄色には〈F〉を巻きます。
- 2 〈D〉にハチのお顔を、〈C〉にてんとう虫の目を描きます。
- 3 黄色のハチには、〈A〉〈D〉〈E〉を、赤のてんとう虫には〈B〉〈C〉〈E〉を貼ったら、できあがり!

パーツは、画用紙に貼って
から切ると、丈夫になるよ!



〈B〉

〈A〉

ここにのりや
両面テープを
つけてね!

半分に切ってね!

〈D〉



〈C〉

〈E〉

春のお花畑に
飛んできたよ!



ふちに2か所切り
込みを入れると、
写真立てになるよ!



免疫力を
上げよう



感染予防には免疫力を高めることも重要です。免疫力は、運動、睡眠、食事、笑顔によって維持・向上することができるそうです! リパブーマーケットでも、免疫力を高めてくれる『乳酸菌』を含むお菓子や飲料を扱っています。ぜひご利用ください!



※画像はイメージです



「うがい」できるかな?

できなくても
心配なくて
大丈夫!

前号に掲載した「リパブーたいそうで30秒手洗い」は、ためしていただけましたか? 手洗いとセットで、感染症の予防に役立つと言われているのが「うがい」です。でも、上を向いて行う「ガラガラうがい」ができるようになるのは4才ぐらいから。それまではどうしたらよいのでしょうか?

練習してみよう!

- 1 まずは水を口に含まずに、上を向いて口を大きく開けて「あ〜〜〜」と言う練習をしてみましょう
- 2 次に口に水を入れて、正面を向いたまま同じように「あ〜〜〜」
- 3 それができたら、徐々に上を向いていき「あ〜〜〜」と言えるようにしましょう



練習のコツ

- ★必ずお手本を見せる
- ★すこしでもできたら褒める!
- ★お風呂での練習がオススメ!
- ★好きなキャラクターのコップなどで楽しく練習!

うがいができない小さな子は?

感染症はのどに雑菌がついているとそこで繁殖しますが、飲み込んでしまうと胃酸で殺菌されてしまうので、水やお茶を飲ませれば大丈夫なのだそうです。大人でも、うがいができない時は水分をとれば十分。乾燥により喉の粘膜が荒れることも防いでくれるので、こまめな水分補給は大切です!

