

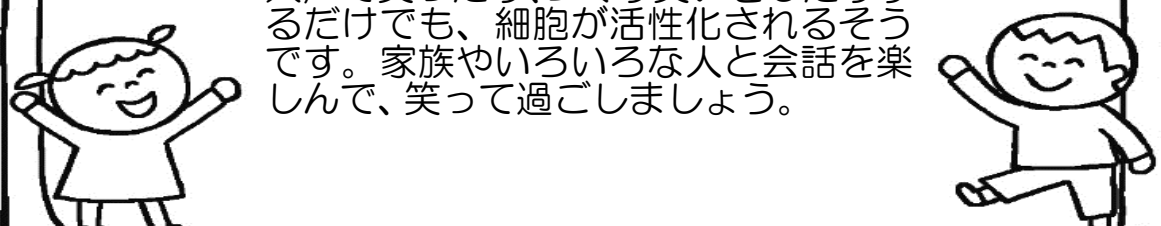


子育てハッピーメッセージ

## 子が宝なら、母親もまた宝。

### 免疫力アップ

子どもの免疫力をアップさせるには、規則正しい生活を送ること、十分な睡眠を取ること、バランスの取れた食事をとることが大切です。また、笑うことは免疫力アップにつながります。大声で笑ったり、つくり笑いをしたりするだけでも、細胞が活性化されるそうです。家族やいろいろな人と会話を楽しんで、笑って過ごしましょう。



あいじえんにあそびにきませんか？おまちしています！

社会福祉法人聖ヨハネ会**出津愛児園**  
〒851-2322 長崎市西出津町 2151  
TEL0959-25-0067 fax0959-25-0420  
HP <http://www.shituaijien.net/>

一時保育行っています

