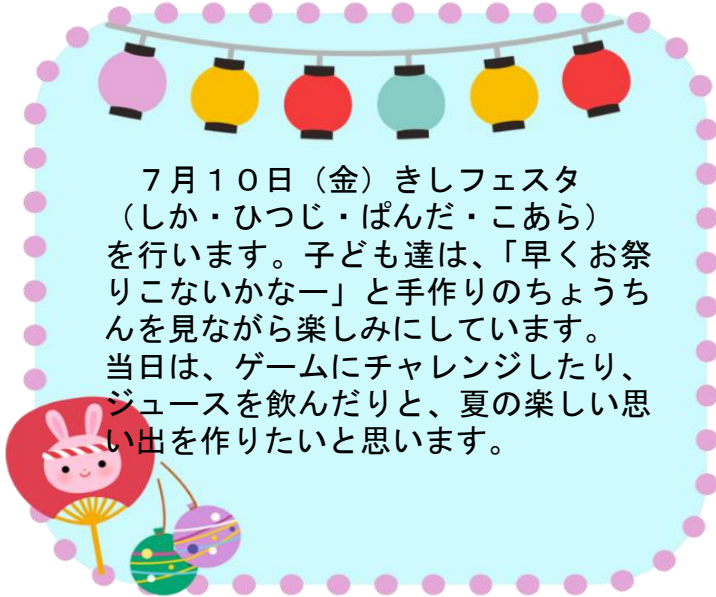




暑さも日々増していき、本格的な夏もすぐそこまで来ているようです。子どもたちは暑さを吹き飛ばす勢いで、元気いっぱい外遊びを楽しんでいます。この時期は暑さによる疲れや睡眠不足などから夏バテしやすくなります。子どもたちの体調管理に気を付けながらこの夏を元気に楽しんでいきたいと思ひます。



7月10日(金) きしフェスタ
(しか・ひつじ・ぱんだ・こあら)
を行います。子ども達は、「早くお祭りこないかなー」と手作りのちょうちんを見ながら楽しみにしています。当日は、ゲームにチャレンジしたり、ジュースを飲んだり、夏の楽しい思い出を作りたいと思ひます。

7月・8月・9月 体操教室

7月6日(月)

9月7日(月) 14日(月) 28日(月)

※8月の体操教室はありません。

※7月、8月、9月の行事についてはルクミーカレンダーをご覧ください。

安全計画について

- 4月 救命救急講習
交通安全教室
お迎え訓練
- 5月 避難訓練(火災)
- 6月 避難訓練(火災)
を行いました。



おしらせ

7月より、連絡帳に写真を添付することがあります。外遊びや食事、散歩、水遊び等日常の子ども達の様子を載せていきますのでお楽しみに！

※プライバシー保護の観点から、掲載された写真の取り扱いには十分ご注意ください。



絵本大好き！！

子ども達は絵本が大好き。絵本を読む声は子ども達に安心感を与え感情を豊かにし、たくさんの言葉を育みます。最近の子ども達の好きな絵本を紹介します。

『おばけだじょ』 怖そうで怖くない・・・おばけの正体はまさかの！！

ユニークなおばけの世界が広がる絵本です。ゆっくりとお子さんと絵本の時間を楽しんでみてください。



子どものすこやかサポート

子どもの体の70%が水分 脱水を起こしやすいので要注意!

体温の調節機能が十分発達していないにもかかわらず、代謝が活発な乳児・幼児は、脱水を起こしやすいので、特に注意が必要です。

脱水になりやすい条件

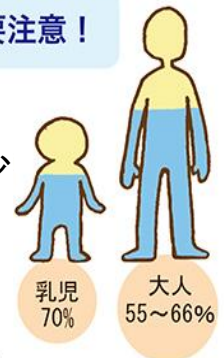
- ・汗を沢山かいている ・嘔吐、下痢
- ・のどの痛み、食欲がない

脱水にならないために

- ・起床時、就寝前、運動の前後、入浴前後など、汗をかく前後に飲むのがよいでしょう。
- ・一度に大量に飲むのは避け、コップ1杯程度の量をこまめに飲みましょう。

初期の脱水のサイン

- ・おしっこの回数や量が少ない
- ・汗をかかない
- ・唇や皮膚が乾燥している



脱水が進行すると

- ・ぼーっとしている、元気がない、ぐったりしている
- ・体温が上がる
- ・皮膚が冷たくなる
- ・顔色が悪い



おきゅうしょく ぱくぱく すくすくのおてつだい

夏野菜を食べよう

夏野菜が美味しい季節になりました。暑くなると、食欲が低下し、栄養バランスが崩れやすくなりがちです。夏野菜には不足しやすいビタミン・ミネラルが多く含まれています。また、水分を多く含む野菜も多く、脱水症状や熱中症予防に役立ちます。

保育園では、夏野菜にちなんだ食育を通して、子ども達は野菜に興味津々です。ぜひご自宅でも、食体験を大切にしながら、夏野菜を美味しく味わいましょう。



～保育園人気メニュー～

親子でクッキング♪ 冷やしきゅうりの漬物

もむだけ簡単!

材料(4人分)きゅうり2本 白だし大さじ5 酢小さじ2

作り方

- ① きゅうりをスティック状に切る。
- ② 食品用袋に、きゅうりと調味液を入れよくもむ。
- ③ 冷蔵庫で30分程おき、味が染みたら完成!

