



# えんだより

## 暑中お見舞い申し上げます

台風が多かった7月!! 週末を向かえるたびに台風対策に追われた事と思います。台風がすぎた後は、以前にも増して、ギラギラとまぶしい太陽が顔を出して本格的な夏、全国的に暑い夏がやってきました。

そんな中、子ども達は、虫とりアミを持って、園庭の木々にとまるセミや、カナブンを追いかけたり、プールや水あそびでは水の感触を楽しみ、歓声がひびいています。

一人ひとりの体調に気をつけて、水分補給や休息を上手にとり入れ、夏本番の8月を元気に楽しく過ごして

いきたいと思います。



## 8月生まれのおともだち

2さい  
こしおかわ しょうま (28日)  
うえしろ えいと (30日)

4さい  
なは みなと (5日)  
つはこ るえ (27日)  
いとう えいき (28日)

5さい  
ちばな ことき (20日)

## お泊まり保育

ぞう組さんになったら参加できると楽しみにしていたお泊まり保育が、さつ27日(金)~28日(土)に行われました。一晩ですが、ご家族の方と離れて泊まれた、という体験は、今後の自信につながる事と思います!! ワクワクドキドキの体験のなかから..



### 楽しかったランキング

1位 おぼけやしき (7人)

2位 伊勢ビーチで海遊び (5人)

3位 花火 (1人)

\* 今月の園外保育は、9日(木)に変更になります。(中の浜に行きます)

## 夏を元気にすごすには、

- ①早寝早起き 朝ごはんを生活リズムを整えよう
- ②熱中症にほならないよう水分補給は細目にとりまよう
- ③バランス良く食事をしまよう
- ④感染症に気をつけまよう (プール熱、手足口病、ばやり目、とびひ、等)

## 水分のとり方に気をつけまよう

暑い季節、体は汗をかくことで、皮膚から熱を奪って体温を下げようと機能します。子どもたちは長時間汗をかいても遊びに夢中で、のどの渇きをうまく伝えられないことがあります。そこで、①牛乳やジュースは消化に時間がかかるので避け、水かお茶をゆっくりと飲む。②飲み物は冷やしすぎない。③一度に大量に飲まない。④運動の前後にこまめに水分を摂取する。という4点のことに注意して上手に水分をとりまよう。