




7月の園だより

日	曜	行事予定	備考	日	曜	行事予定	備考
1	月	身体計測(ばら組)		17	水	子育てサロン	
2	火	体育教室 身体計測(ゆり組)		18	木	E-Time	
3	水	まつてらちびっこハウス 身体計測(さくら組)		19	金	布団持ち帰り	
4	木	身体計測(すみれ組)		20	土		
5	金	七夕のつどい 布団持ち帰り	願い事が、かなうといいね	21	日		
6	土			22	月	保育料・雑費徴収 避難訓練	
7	日			23	火		
8	月	身体計測(ひよこ組1歳児)		24	水	体育教室	
9	火	身体計測(ひよこ組0歳児)		25	木	里山自然体験(ばら組)	詳しくは、後日お知らせします。
10	水	体育教室 ゆり組 体育教室参観(9:30~10:30)	内履きズックをお持ち 下さい。	26	金	布団持ち帰り	
11	木			27	土		
12	金	布団持ち帰り		28	日		
13	土	夏まつり	詳しくは、後日お知らせします。	29	月		
14	日			30	火		
15	月	海の日		31	水		
16	火			8/2	ばら組	お楽しみ保育	

子ども達にとって楽しみがいっぱいの7月がやってきました。お部屋では、七夕や夏祭りに向けての制作に取り組んでいます。作っている輪つなぎが出来てくると、友だちと並べて長さを比べたり、もっと長くなるように頑張っていました。出来上がった作品は、どれもカラフルで友だちと楽しむ姿を見ていると楽しみに待っている思いが伝わってきます。今年は、6月からすでに水遊びも始まっていますが、本格的な夏の前に健康管理、安全について再確認し、子ども達が元気に過ごし、夏の思い出を作っていけるよう援助していきたいです。



お知らせ・お願い

- 夏は汗もよくかくので、布団は毎週持ち帰ります。お洗濯をよろしくお願いいたします。
- あせもや毛じらみの予防には清潔が一番です。汗拭きや着替え、シャンプーや髪を結ぶ等、気を付けて過ごしましょう。
- 夏まつりの日、今年も松寺獅子舞保存会の皆様のご厚意で、獅子頭の展示を予定しています。



熱中症に気を付けて!!



熱中症は、梅雨の晴れ間に突然気温が上がった日や梅雨明けの蒸し暑い日など、体が高温に慣れていない時に起こりやすいです。もし体温が高い、顔が赤い、めまいや吐き気、頭痛、体がだるいなどの症状が見られたら、涼しい場所で衣服を緩めて水分補給をします。脇の下など大きな血管が通っているところを冷やすのも効果的です。

そして、何より予防が大切です。戸外に出る時は帽子をかぶりこまめな水分と塩分補給、休息をとることで。

夏野菜ってすごい!!

キュウリ、トマト、ナスなどの夏野菜には、体温を下げる効果があり、オクラやヤマイモ、納豆などのネバネバ食材には、食欲が落ちた時にも食べやすく、消化を助けて、おなかの調子を整える働きもあります。また、麦茶には血液をサラサラにして発汗作用を促す効果もあり、汗をかいて体温調節をしてくれます。暑さに負けない体作りに活用していきたいですね。

