



ひかいだより

Vol.59 院内保育所ひかい



8月

今月のねらい

- ・暑さに負けず、元気に過ごし、夏を楽しむ。
- ・自分でできる事に喜びを感じ、身の回りのことを意欲的に行う。

毎日暑い日が続いています。プールでは、賑やかな声と水しぶきが飛び交って、水遊びがいっそう盛んになってきました。暑くても、いっぱい遊び、モリモリ食べ、ごくごく飲み、すやすやたっぷり睡眠を。それが元気のもとです。

暑いからと言って、水分ばかり取ってはいけません。塩分もとるようにして、熱中症予防を！梅干しやイオン水なども良いですね。

元気に夏を乗り切りましょう。



8月の製作



新しいお友達が増えました！

お水をちゅぷちゅぷ
楽しいなあ☆



お顔にかかっても平気！
気持ちいいなあ～

魚のうろこをコロコロ～♪
8月の製作のテーマは海です。



体の冷やしすぎに注意

今年も暑い日が続いています。お休みの日は大人に合わせた生活リズムになって、冷房の効かせすぎや冷たいものとりすぎで、体を冷やしてしまいがちです。そんなときこそ、規則正しい生活リズムを守り、温かい飲み物を飲むなどの配慮が必要です。

また、冷房の効いた家の中にはばかりいないで、外で元気に遊んでいっぱい汗をかくことも大切。ゆっくり休養し、温かいお風呂に入ってから休むようにしましょう。



8月の行事予定

- 1日(木) 身体測定
- 6日(火) 避難訓練(地震)
- 22日(木) 誕生日会
- 30日(金) フール閉まり
- * 毎週土曜日
- 布団・帽子持ち帰り

