

ひかりだより



Vol.82
院内保育所 ひかり

今月のねらい

- ・友達と関わりを深めながら、夏ならではの遊びを思い切り楽しむ。
- ・健康に留意し、暑い夏を元気に過ごせるようにする。

子ども達の思いをのせた七夕飾りが、夏の風を受けてさらさらと揺れ、お部屋に涼しさを運んでくれています。「トイレでおしっこが出来ますように」「かわいくてやさしいお姉さんになりますように」等、子ども達一人ひとりの願いが星空に届きますように・・・

今月から プール遊びが始まりますが、梅雨が明けてからを予定しています。日にちが決まりましたらお知らせ致しますので、水着等の準備をお家でお願致します。



おいしい夏野菜をたくさん食べよう!

【キュウリ】利尿作用／余分な熱をとる／余分な塩分をとる／のどを潤す
※ほてった体を冷やしてくれます!

【ピーマン】血をさらさらにする

【トマト】食欲増進／余分な熱をとる／のどを潤す
※水分がたくさん含まれています!

【ナス】余分な熱をとる／血のめぐりを良くする／化のうやはれを治める

【レタス】余分な熱をとる／血のめぐりを良くする／化のうやはれを治める／利尿作用

【スイカ】体を冷やす／のどを潤す／利尿作用／むくみをとる／酒毒をとる

【トウモロコシ】胃腸の調子を整える
※タンパク質がたくさん!

手作りおもちゃと絵本



7月の行事予定

1日(月) 身体測定

7日(火) 七夕まつり

10日(金) 避難訓練(地震)

フェール開き(未定)

*毎週土曜日

布団・帽子持ち帰り