

# 8月 えんだより

令和元年8月1日

きらきら保育園

毎日暑い日が続きますね。そんな暑さを味方につけ、子どもたちは毎日プールあそびや泥んこ遊びなど夏ならではの体験を思いっきり楽しんでます。

夏の身体は、おとなも子どもも、かなりの体力を消耗します。だからこそ、いつも以上に「食事・睡眠・休養」が大切になりますね。早寝・健康に留意して、楽しい夏にしましょう。

## 熱中症に注意してください。

### 「水分を」こまめにとろう

のどがかわいていなくても、こまめに水分をとりましょう。スポーツドリンクなどの塩分や糖分を含む飲料は水分の吸収がスムーズにでき、汗で失われた塩分の補給にもつながります。

### 「塩分を」ほどよく取ろう

過度に塩分をとる必要はありませんが、毎日の食事を通してほどよく塩分をとりましょう。大量の汗をかくときは、特に塩分補給をしましょう。ただし、かかりつけ医から水分や塩分の制限をされている場合は、よく相談の上、その指示にしたがい従ってください。

### 「睡眠環境を」快適に保とう

通気性や吸水性の良い寝具をつかったり、エアコンや扇風機を適度を使って睡眠環境を整え、寝ている間の熱中症を防ぐと同時に、日々ぐっすりと眠ることで翌日の熱中症を予防しましょう。

### 「丈夫な体を」つくろう

バランスのよい食事やしっかりとした睡眠をとり、丈夫な体をつくりましょう。体調管理をすることで、熱中症にかかりにくい体づくりをすることが大切です。



## 8月予定表

6	火	たいよう組 平安高校吹奏楽観覧
19	月	そら組 クッキング保育
22	木	にじ組、たいよう組 クッキング保育
27	火	8月お誕生会
29	木	つき組 クッキング保育 避難訓練
30	金	プール終了 たいよう組お昼寝終了



### 今後の親子参加行事日程のお知らせ

親子のつどい 9月28日(土)

運動会 10月20日(日)

## 職員配置移動のおしらせ

にじ組 「森屋恵美先生」「フリー保育士1名」

つき組 「成木明姫先生」「フリー保育士1名」

田辺遥先生8月より出産準備、育児休暇の為、お休みさせていただきます。

ご迷惑をお掛け致しますが、これからもお子さんの笑顔あふれる保育園作りをしていきます。

10月末までフリー保育補助とし「内記麻子先生」が勤務されます。