



# 8月 おひさまだよ!

暑い、暑い夏がやってきました。

プールからは、大はしゃぎする子どもたちの声が聞こえてきます。たくさん遊んで、いっぱい食べて、そしてしっかりと休息を取りながら、体の変化に気をつけつつ、暑い夏を元気に過ごしていきたいと思います。

また、夏の病気にも気をつけたい時期です。「早寝・早起き・朝ごはん」を心掛け、健康に夏を乗り切りましょう。

### ●保育目標

- ・ 保育者や友だちと一緒に夏の遊びを存分に楽しむ
- ・ 休息と水分補給をしっかりととることで、健康に過ごせるようにする



- 8日(水) 身体測定
- 13日(月)～15日(水) 保育協力日
- 23日(木) お誕生日会
- 29日(水) 避難訓練
- 31日(金) プール終い



\*13日(月)～17日(金)の期間は、プール・シャワーはありません



- 8/27(月)～9/7(金) 四條畷短期大学より2名
- 9/3(月)～9/14(金) 東大阪大学より1名(男子)の実習生が来ます。

## 夏かぜに気をつけよう

夏かぜとは、プール熱・ヘルパンギーナ・手足口病などのことをいいます。うがい・手洗いをしっかりする、部屋の湿度・温度に気をつけるなど、かぜの予防を心がけましょう。寝るときはクーラーの設定温度に気をつけて、体が冷えすぎないようにしましょう。もしかかってしまったら、たっぷり睡眠を取り、栄養のある食事や水分をしっかりとるようにしましょうね。



## 日焼け

太陽の光をたくさん浴びて、

日焼けをした子どもたちの姿が見られますが、紫外線を浴びすぎると免疫力が弱まり、体によくありません。出かけるときは、日焼け止めクリームを塗り、長そでの服を着たり、帽子をかぶったりするなど、紫外線対策をしましょう。



### \*運動会のご用意はお済みですか？\*

ひよこ・あひる・うさぎ組は無地の白Tシャツ・黒または紺の半ズボンを着用します。お店ではそろそろ秋物に替わっていきます。まだの方は今のうちにご購入してくださいね。

