



# 園だより



7月16日いよいよ梅雨明けがカウントダウンされます。いよいよ夏本番が夏休みと共に始まりますね。なかなか収束しない「新型コロナウイルス・変異株・インド株」とても怖いです。不安な日々ですが、体調管理に気をつけて過ごしたいですね。これから猛暑日が続きます。子どもたちも体力を消耗しないよう、休息を充分にとり、熱中症、食中毒などにかからないよう、また、食事や生活のリズムを崩さないよう注意してお過ごし下さい。



## “夏バテ”をしないために



- (1)たくさん遊んだ後は、十分に体を休めて、しっかりと睡眠を取りましょう。
- (2)肉・魚・卵・豆製品・乳製品・緑黄色野菜を食べて、バランスの良い食事を心がけましょう。また、朝食は抜かずにしっかり食べましょう。
- (3)牛乳やスープも水分補給のひとつです。清涼飲料水はできるだけ減らして、麦茶やお水を飲むようにしましょう。



- (4)戸外へ出るときは、直射日光を避けるために、帽子をかぶりましょう。



夏休み

規則正しい生活リズム



保育料引落とし8月5日～10日 今月は保育料と一緒に引落としはありません。

## たてわり活動



夏休み夏季保育は、1号2号さん以上児組のすみれ・きく・まつ組さんが一緒になって、2クラスたてわり活動で過ごします。お天気の良い日は、戸外で元気に水遊びをしたり、お部屋の活動は、ブロックが上手なお兄さんたちや、絵を描くことが上手なお姉さんたちのまねをしてみたり、年下のお友達の手を引いてあげたりと、同年齢のクラスでは見られない様子がたくさん見られます。食事中には、おはしを上手に使える年長児を見て、「ぼくも!」「わたしも!」とまねをしようとしています。また、大きいクラスのお友達は、着替えを手伝ったりして、しっかりとお兄さん・お姉さんになっています。音楽遊び、合奏・手話・ダンスもね(^^)この夏、たてわり活動でいろいろな経験ができればと思っています。