



<今月の行事>

1日	月	防犯訓練
7日～ 16日	水～ 翌週金	希望保育
22日	木	避難訓練
29日	木	誕生会
30日	金	プール納め



TEL 0277-52-1034

FAX 0277-52-4456

www.taishi-hoikuen.jp

♪園見学はいつでも可能です。

太子保育園HPにて閲覧できます

<p>園目標 暑さに気をつけながら、夏の遊びを楽しむ 有意義で楽しい夏を過ごそう！</p> <p>夏本番がやってきました。汗びっしょりになりながら暑さをもとめせず子どもたちは元気いっぱい遊んでいます。夏ならではの経験を取り入れ水分補給、休息をしながら乗り切っていきましょう。</p> <p>お盆は、ご先祖様の霊を家に迎え入れ感謝を伝える期間であり、先祖供養の行事です。具体的には、きゅうりの馬やなすの牛を作って飾り、亡くなった人がお家に帰ってくる日として祝います。行事を通して家族の絆が深まるといいですね。</p>	<p>給食 水分補給とバランスの良い食事でも元気に過ごす ～夏場の食事のポイント～</p> <p>夏場はエネルギー消費が増えるので、代謝に必要なビタミンB群が不足しがちになるので食事からビタミンを補給しましょう。</p> <p>【ビタミンを多く含む食材】 豚肉・レバー・うなぎ・枝豆・ごま・にんにく</p> <p>【旬の夏野菜もおすすめ】 きゅうり・かぼちゃ・とうがん・トマト・なす・ピーマン・とうもろこし</p> <p>～清涼飲料水は糖分に気を付けて～</p> <p>甘い飲み物は食欲を失わせ、お腹がすかなくなってしまう食事の量に影響を及ぼしたりして、栄養に偏りが生じてしまいます。『乳児期から幼児期は味覚形成期』です水分補給はミネラルたっぷりの【麦茶】がおすすめです</p>
<p>保健 暑さに負けず健康に過ごす</p> <p>汗をかく季節です。毎日こまめに水分補給をすることが大事ですが、冷たすぎる飲み物やアイス、糖分が多い飲み物は、食欲不振や夏バテの原因につながるため注意が必要です。</p> <p>☀️暑い夏を元気に乗り切るポイント☀️</p> <p>①水分補給 大量に汗をかくと脱水症状をおこし、熱中症の原因になります。こまめな水分補給を心がけましょう。</p> <p>②皮膚のケア こまめに汗をふいたり、シャワーを浴びたりして皮膚を清潔に保ちましょう。</p> <p>③紫外線対策 外出時は帽子をかぶり、日焼け止めを塗るなどの紫外線対策も忘れずに。</p> <p>④室温管理 高温・多湿などの条件がそろえば、室内でも熱中症になります。エアコンを上手に使いましょう。ただ、冷やしすぎには要注意。室温設定は27℃～28℃を目安にしましょう。</p>	<p>安全 夏季休み中の生活と安全指導 夏のレジャーを楽しむものにするために…</p> <p>夏を迎えると祭りや花火大会、海や川に出掛ける機会が増えてきます。水辺のレジャーは楽しいひと時となりますが、一方で毎年多くの「水難事故」が起きている事を忘れてはいけません。</p> <p>《事故防止のためのポイント》</p> <ul style="list-style-type: none"> ・立ち入り禁止区域には入らない ・危険な場所には近づかない ・海、川があれば遊泳禁止 ・単独での行動はしない ・子どもから目を離さない ・体調が悪い時は無理をしない ・ライフジャケットはなるべく常時着用する <p>夏のレジャーに限らずお出かけの際は必ずお子さんと手を繋ぎ、お子さんから目を離さないようにしましょう。</p>

<今月の歌>

ゆき	おひさまになりたい	もも	おばけなんてないさ やまびこごっこ
つき	ポカポカおひさまありがとう アルプス一万尺	ちゅうりつぷ	かみなりどんがやってきた アイスクリーム
はな	ミッキーマウスマーチ うみのだいぼうけん	ひよこ	すいかの名産地 アイスクリーム

