



ぽんぽこだより



令和5年 木更津ぽんぽこ園

夏本番ですね。猛暑が続いていますが、空を見上げると青空がどこまでも広がってまっ白な雲とのコントラストはとても美しく、「これぞ夏空」とまぶしさに目を細めます。子どもたちは大好きな水遊びに笑顔がいっぱい、水しぶきもいっぱい。目をキラキラさせています。少しくらい顔に水がかかっても（ビックリした）目をまるくしたあとすぐに笑顔になります。夏の太陽にも負けないキラキラの瞳です。

今月の予定

避難訓練
身体測定



ぽんぽこ園には夏休みはありませんが

お家の方のお仕事の都合や会社の夏休みを利用して保育園をお休みされる場合は、ご連絡いただきます様
お願いします。

ひとでの多い場所へ出かける時には、お子さんから目を離さず、迷子や事故・ケガには十分に気を付けましょう。昨年まではコロナで夏を楽しめなかったのが、今年は家族いっしょに夏の思い出をつくってくださいね。



夏の健康について

- 保育園では、日かげを作って強い日ざしを避けたり、水あそびをする際は熱中症に注意しながらあそんでいます。
こまめに水分補給もしており、外あそびのあとは、イオン水を用意しています。乳幼児は体の80%が水分で占めているといわれています。
汗や呼吸によっても水分は失われています。
こまめな水分補給はとても大切です。
- 体力も食欲も落ち気味の夏。室内と戸外の温度差や冷たい飲み物、食べ物を多く摂取して体の中が冷えすぎて消化不良になってしまったり、食欲不振につながってしまったり、そのため免疫がおちてかぜをひきやすくなってしまいます。



夏かぜが長びいてしまわないように

「安静に」「しっかりと睡眠をとる」「栄養のバランスにきをつける」

夏の暑さに負けないように元気にすごし、夏を楽しみましょう!!

