



今年の梅雨は例年以上に雨が多く、湿度も高いジメっとした日が続きましたが、梅雨が明けると一転、太陽の光がまぶしいほどの晴天が続いています。

暑さが戻ると待ちに待った水遊びも本格的に始まりました。今年はタイヤや水遊び玩具を使った水に触れて遊ぶ水遊びになっていますが、暑い日の水遊びは子どもたちも格別なようで時間を惜しんで楽しんでいます。

9月に入ると親子フェスティバルも近づいてきます。今年度はクラス別での開催となりますが、親子で楽しい時間を過ごしてくださいね。

【8月行事予定】

8月21日（金） 誕生会

【9月行事予定】

9月12日（土） 親子フェスティバル
9月25日（金） 誕生会

★8月生まれのおともだち★

《りんご組》

《めろん組》

個人情報観点より名前を削除しています。



夏の疲れが出やすい時期です！

立秋も過ぎると朝夕の気温も涼しくなり日中との気温の差が感じられるようになってきます。夏の暑さの疲れも出やすく体力も落ちる時期でもありますので、早めの睡眠を心掛け、適度な休息で疲れをとり、バランスの良い食事をしっかり食べて元気に過ごしましょう。

【夏バテをしないためのポイント】

- ① 水分補給を十分にしましょう。
- ② 1日3食、いろいろなものを食べて夏を乗り切るスタミナを身につけましょう。
- ③ 睡眠時間をしっかりととり、疲れをためないようにしましょう。

蒸し暑い日は熱中症にもなりやすくなります。室内でもこまめな水分補給とエアコンなどの空調設備を適度に使用しながら、熱中症にも気をつけましょう。

