

8月 えんだより



寝苦しい夜が続いていますが、夏バテには気をつけて
元気に過ごしましょう！！！！



水分補給はこまめに行いましょう

大人と比べると、子どもの体の水分量は多く、
乳幼児は体の80%が水分で占めています。
運動しなくても汗や呼吸によって水分は失われます。
なので、こまめな水分補給がとても大切です。
『お外へ行く前に水分補給をする』
『一度にたくさん水分取るのではなく、こまめに水分補給をすること』
『ジュースでなく、お茶か水で水分補給する』など、汗をかく前に水分補給をしましょう。



室内の温度調節

室内にいても熱中症になることがあります。
クーラーをじょうずに使って温度調節をしましょう。
扇風機も一緒に回すと、空気が循環して、室内の温度が一定に保たれます。
また、お昼寝の際には、室内でも日陰になる場所を選び、クーラーや扇風機の風が子どもの体に直接あたらないよう、工夫しましょう。
設定温度は、27~28℃が適温と言われています。
また、乳児のお昼寝の場合は、時々手足を触るなどして、冷え過ぎていないかどうかをチェックしましょう。



今月のうた

♪アイアイ

♪おんまはみんな

おしらせ

9月15日10:00より
内科健診を実施致します！

お時間に遅れないよう登園をお願い致します

※先生の都合により変更になる
場合がございます！！

今年度、初のプールの日
みんな、楽しんでいました😊



8月の予定

8月01日 身体測定

8月17日 避難訓練