

平和だより

平和保育園
園長 平田 あかね

セミの声に夏本番を感じる季節となりました。子どもたちは毎日、夏ならではの遊びを存分に楽しんでます。しかし、暑さが厳しいこの時期は遊んだあとの休息や身体をクールダウンさせる時間がとても大切です。水分補給や食事、睡眠のバランスを整えることが元気な毎日につながります。

これから夏休みに入るご家庭もあるかと思えます。お出かけの機会も増える中で、予定を詰めすぎず、ゆったりと親子で過ごす時間や、生活リズムを整える時間も大切にできるといいですね。子どもたちの健やかな夏の成長を、ご家庭と園とで見守っていただければと思います。引き続き、体調や生活リズムの変化にも気を配りながら、楽しく夏を乗り越えていきましょう。

保育目標 ◎暑さに配慮し、ゆったりとした時間の中で自分のペースを大切にしながら、安定した生活のリズムを保てるようにする。



夏の食べ物で元気いっぱい!

夏はスイカやとうもろこし、冷たいそうめんなどがおいしい季節。どれも水分と栄養たっぷり、子どもたちの元気を支えます。ご家庭でも季節の味を楽しんでくださいね。

清涼飲料水のとりすぎにご注意を

暑さが続く中、水分補給のためにジュースやスポーツドリンクを飲む機会が増えてきます。これらの清涼飲料水には糖分が多く含まれており、飲みすぎると食欲の低下や胃腸の不調につながることもあります。水やお茶を基本にしながら、甘い飲み物は「たまのお楽しみ」として取り入れるなど、ご家庭でもバランスを意識していきましょう。

8月の行事カレンダー



月	火	水	木	金	土
				1	2
				スイミング (あじさい・ひまわり組)	
4	5	6	7	8	9
	保育参観 2歳児	体育指導	保育参観 1歳児	スイミング (あじさい・ひまわり組)	
11	12	13	14	15	16
山の日		体育指導	職務会 18:30~	スイミング (あじさい・ひまわり組)	
18	19	20	21	22	23
		体育指導	保育参観 3.4.5歳児	スイミング (あじさい・ひまわり組)	
25	26	27	28	29	30
		体育指導	誕生会		

9月行事予定・9/4~6旧盆・9/11弁当会・9/25お誕生会