

8月の園だより

令和 6年 7月31日
社会福祉法人 まほろば
湊 こども園



猛暑が続く日々で園庭に出ることもできず、室内で過ごすことが多くなりました。先月のプール遊びでは外気温や水温が基準値を超えると入水できなくなってしまうので、温度が上昇するまでの時間帯に入り暑さを少しでも凌げるようにしました。短い期間でしたが、子どもたちは水に触れる気持ちよさを感じたり全身で楽しむことができたりし良かったです。また、ぶどう組はデイキャンプをおこないました。保育室やホールで宝探しやスイカ割り、カレー作りなどをしたり、園庭でキャンプファイヤーをしたりして、友達と協力しながら活動を進めていく楽しさを学び取り、園生活の思い出をまた一つ増やすことができました。これからも暑い夏は続きます。お盆中はお休みされる方もおられると思いますので、ご家族皆様で体調管理に気をつけて元気にお過ごしください。

園長

8月の行事予定			16	金	
1	木	身体測定（～7日）	17	土	
2	金		18	日	
3	土		19	月	
4	日		20	火	
5	月	清掃デー	21	水	
6	火		22	木	
7	水		23	金	
8	木		24	土	
9	金		25	日	
10	土		26	月	
11	日	山の日	27	火	
12	月	振替休日（休園）	28	水	
13	火	夏期合同保育	29	木	
14	水	夏期合同保育 避難訓練	30	金	
15	木	夏期合同保育	31	土	シャワー・サンダル着用終了



<9月の主な行事予定> 12日（木）敬老の日のつどい（在園児の参加希望の祖父母の方と交流、後日お知らせを配布します）

28日（土）運動会【0～2歳児】（3～5歳児の方は家庭保育のご協力をお願いします）…予行25日（水）



お知らせとお願い

- ◎ 厳しい暑さが続く夏場は、活動と休息のバランスが必要です。園ではゆったりと過ごす時間をとっています。お盆や夏休みなどでお仕事がお休みの時は、家族とゆっくり過ごせるよう、家庭保育のご協力をお願いします。
- ◎ 9月12日（木）敬老の日のつどい…園児のおじいちゃん・おばあちゃんを招待し、子どもたちと一緒に遊び、楽しいひと時を過ごしていただきたいと思います。詳しくは、後日お渡しする参加申し込みのプリントをご確認ください。参加希望の締め切りは8月23日（金）の予定です。



<8月7日は鼻の日です>

鼻の役割は？

- においを感じる
- 呼吸の通り道
- 鼻から入った空気のほこりや細菌をとり除き、暖めたり湿らせたりして体を守る

鼻をかむ時は、片方ずつ押さえて静かにかみます。(両方一緒にすると耳を痛めてしまいます)

【暑さで体力を消耗しています！】

日々の暑さに思ったより体力を消耗していて、少しの事で体調を崩しやすくなっています。プール熱（アデノウイルス）や手足口病なども少しずつ出ています。また、コロナウイルス感染症も大阪でも増えてきています。旅行など出かける事も多い夏。十分休養をとり、体調を整えて楽しみましょう！



<朝ごはんを食べよう！>

朝ごはんは「1日の始まり」のエネルギー源で、規則正しい生活リズムの基礎になる大切な食事です。朝ごはんを抜くと生活全体のリズムが乱れるばかりではなく、脳に栄養が行き渡らなくなり、集中力や意識がなくなり生活力が低下します。朝ごはんは、寝ている間に下がった体温を高めて身体活動を活発にしたり、生体リズムを整えたり、寝ている間に消費した糖質を補給する役割があります。朝ごはんを規則正しくとっていると、その1時間くらい前から準備が始まりますが、朝ごはんを食べない習慣がついているとこうした準備態勢が起こらず食欲も湧いてきません。生体リズムを整えるためにはまず、1日3食、時間を決めてきちんと食べることが大切です。毎日朝ごはんを食べて元気に過ごしましょう！

