



えんだより

令和2年6月30日
原町ににに保育園

梅雨に入り、スッキリしない天気が続きますが、夏を楽しむには健康が一番！そのためにも熱中症・日焼け・夏風邪...と、注意しなければいけない事がたくさんあります。帽子をかぶる、水分補給など、予防は園でも心掛けていますが、なんといっても早寝早起きによる規則正しい生活で十分な体力の確保を心掛けましょう！そして、涼しい夏を満喫したいですね。

朝食はしっかり摂らせましょう！
夏予防に栄養価の高いバランスのとれた食事と、冷たいものの摂りすぎにも注意を！

睡眠をたっぷり！
眠っている間に成長ホルモンが分泌されるので、早寝早起きの習慣を！
21:00～7:00が理想です。
(大人並みの就寝時間の子供が増えています)

お風呂に入ってさっぱりと！
汗をかいたままにしておくと、あせもや皮膚炎になりやすくなります。身体を清潔にし、新陳代謝を高めましょう！

あたらしいおともだち

子どもたちのようす

ほたる組
つかまり立ちや、つたい歩きがとっても上手なほたる組。我ながら立ったり、何歩か歩いたりする事も出来るようになってきました😊

あんず組
トントントンアパマンの字おそびが大好きなあんず組。最後の「ぼく子ズ〜♪」を聞き覚え、息ピッタリ。最近はお外へ行く時の電車ごっこも慣れ、上手に歩けるようになりました😊

ほたる組
○○ちん

もも組
お友達と関わる姿が多く、見られるようになったもも組。一緒にジーン遊びや、追いかけて遊ぶ、元気いっぱい遊んでいます😊

7月の予定
1日(水) 身体測定
20日(月) 避難訓練

7月生まれのおともだち
○○ちん (3女)
おたんじょうびおめでとう

