



8月プレイルームだより

多賀さくら認定こども園

真夏が続く、子どもたちは体力を消耗しやすくなっています。ヘルパンギーナやプール熱、手足口病などの感染症に注意が必要です。バランスの良い食事とたっぷりの睡眠で、暑さに負けないように体力を維持していきましょう！

★8月の予定★

- 1日(火) } プール遊び
- 3日(木) }
- 8日(火) } プール遊び
- 10日(木) }
- 22日(火) } 誕生会、プール遊び
- 24日(木) }

※気温や水温の低い日は、プール遊びは中止し、製作等を考えています。

★ 8月のうた★

「アイスクリームのうた」

☆8月中は本園舎3階、遊戯室での活動です。

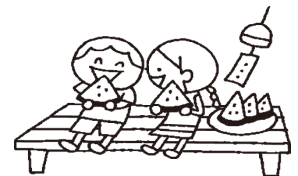
9月からは新園舎2階、子育て支援室での活動になります。

☆プールあそびの持ち物☆

- ・水着（排泄が自立していないお子様は、水遊び用オムツをお持ち下さい。）
- ・日よけ用帽子 ・バスタオル
- ・ビニール袋 ・水筒

※お子様を見守るお母様の日よけ対策もお忘れなく！

（旬の花）ひまわり：キク科ヒマワリ属
生育が盛んな時期のつぼみが太陽の方向を向く習性から「向日葵」とも。これは、日陰側の茎が早く伸びるため。花が咲く頃には太陽の方は向きません。沢山の葉は、お互いに陰にならないように角度をずらしながら育ちます。下から葉を観察してみましょう。



（旬の食べ物）すいか：ウリ科スイカ属
原産はアフリカの乾燥地帯。日本には中国から伝わりました。すいかには、利尿作用の他、疲労回復効果があるので夏バテで食欲がない時のおやつにオススメ。中央に近いほど甘くなるので、中央部分が均等に行き渡るようにカットして食べましょう。

熱中症対策！ 経口補水液の作り方

- ①湯冷まし1リットルに、砂糖40グラムと食塩3グラムを入れ、よくかき混ぜて溶かし冷やす。
- ②カリウムも補給できるように、レモンを搾って適量入れる。
※水分だけでなく、失われた電解質を補うため、冷たい経口補水液を少量ずつ飲ませましょう。