



きたつこ

R5 (2023) 年 7月

伊丹市立北保育所

TEL 770-1217

子どもたちの植えた夏野菜たちもすくすく育ってきてきました。収穫できる日を心待ちに水やりや草抜き等お世話に励んでいます。どうやって食べようか今から楽しみです。

今月は幼児組のプール遊びも始まります。安全面には十分に注意を払いながら子ども達それぞれが水に触れることを楽しめるような遊び環境を考えていきたいと思います。暑い夏ならではの『やってみたい!』を十分発揮させてあげたいですね。

7月の行事予定

- 11日(火) プール開き(幼児)
- 12日(水) 身体計測
- 13日(木) 身体計測
- 18日(火) 避難訓練

8月の行事予定

- 8日(火) 身体計測
- 9日(水) 身体計測
- 15日(火) 避難訓練
- 25日(金) プールじまい(幼児)



【 お知らせ・お願い 】



◆水遊び・プール遊び(プール遊びは幼児組のみ)が始まります。

それに伴い、幼児組は玄関の名簿、乳児組は連絡ノートの記入欄に水遊び、プール遊び不可の日のみ×の記入をしてください。

- ・お子様の健康状況を見て判断し、保護者の方が記入してください。
- ・準備物がない(足りない)時には参加できません。

必ず毎日持参してください。

※詳しくは、Google Classroomにて配信済みの水遊びについてのお知らせ(乳児)、プール遊びについてのお知らせ(幼児)をお読みください。



◆暑い日が続きます。熱中症予防のため、水分と朝食をしっかり摂ってから登所してください。

また、疲れが溜まりやすくなっています。お休みの日は、お家で休息をしっかりとり、健康に夏を過ごせるようにしましょう。

●食育コーナー



～旬の夏野菜を食べましょう～



夏野菜には水分がたくさん含まれ、火照った体を冷やし、食欲を増進させるなど、いろいろな働きをしてくれます。夏野菜を食べて暑い夏を元気に過ごしましょう。

きゅうり→①利尿作用②余分な熱をとる③のどを潤す

トマト→①食欲増進②余分な熱をとる③のどを潤す

なす→①余分な熱をとる②血行が良くなる③化膿や腫れを治す

すいか→①体を冷やす②のどを潤す③利尿作用④体のむくみをとる

とうもろこし→①胃腸の調子を整える

レタス→①余分な熱をとる②血行を良くする③化膿や腫れを治す

