ひかりだより

Vol. １４２　院内保育所　ひかり

《今月のねらい》

◆保育士や友達と一緒に色々な水あそびを楽しむ。

◆暑さの為、体調を崩しやすい時期なので、水分補給や休息を摂りながら夏を元気に過ごせるようにする。

♪笹の葉さらさら～のきばにゆれる　お星さまキラキラ～♫と７月に入ると七夕まつりがあり短冊に願いを込めて笹に飾ります。子ども達の願いがお星さまに届きますように…。

梅雨が明けると、夏本番！暑い季節がやって来ます。夏を涼しく過ごせるように遊びを工夫しながら楽しく過ごして行きたいと思います。　暑さの為、体調を崩しやすいので、こまめに水分補給や休息を摂りながら熱中症予防を心掛け夏を元気に過ごしていきたいと思います。

～７月の行事予定～

１日	（水）	身体測定
６日	（月）	避難訓練　（火災）
７日	（火）	七夕まつり
１６日	（木）	避難訓練　（地震）

※毎週土曜日　布団持ち帰り

水分補給で熱中症予防を

熱中症は、夏の強い陽ざしの下での激しい運動や作業中だけでなく、室内で起こることもあります。この時期は、汗をかくことを意識して水分をとるように心がけましょう。のどの渇きを感じなくても、こまめな水分補給が重要です。すぐに飲めるようにつねにそばに置いておくのも良いですね。また、扇風機やエアコンで室内温度を管理するなど、環境への注意も大切です。食事には、汁物や水分の多い野菜・果物を積極的にとり入れましょう。

新聞紙遊び（カエル作り）

♪カエルの歌が聞こえて来るよ～

♫クワックワックワックワッ♪

ケケケケケケケケクワックワックワッ…と

うたいながら大きなカエルを作りました。

手作りおもちゃ遊び

食べ物カード遊び

カゴの中から好きな食べ物を選びトンネルくぐって同じカードを見つけて動物さんの口にパックン！楽しいな…❤

お店やさんごっこ

手作りの野菜やケーキなど

どれにしようかなぁ～と

カバンに入れてお買い物

を楽しみました❤