



ひかりだより

Vol. 203 院内保育所 ひかり

《今月のねらい》

- ◆保育士や友達と一緒に水遊び等夏の遊びを楽しむ。
- ◆暑さの為、体調を崩しやすいので水分補給や休息を十分に摂り夏バテしない ように元気に健康で過ごせるようにする。





前月は、絵の具を使ってぬたくり遊びや色水遊び・シャボン玉など色々な水遊びを楽し んでいた子ども達。8月も、暑さに負けず、水遊びや色々な夏の遊びをしながら元気いっ ぱい楽しんでいきたいと思っています。

今月も、暑さ対策に心掛けこまめに水分補給や休息を十分に摂り熱中症予防をして元気 に過ごしていきたいと思います。お家の方でも熱中症には、十分気を付けてあげて下さい。



七夕の集いの様子







室内遊び



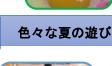


















素敵な子ども達の夏 作品が出来ました。







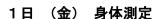






七夕飾りの前で、歌を歌ったりパネルシア ターを見たりして楽しく過ごしました。





6日 (水) 避難訓練(火災)

避難訓練(地震) (金) 15日

(金) 誕生日会 22日





水分補給のポイント

子どもは大人よりも身体の水分量の割合が 多いため、脱水症状を起こしやすいです。 運動後、入浴後、汗をかく前後、子どもが欲 しがるときが水分補給のタイミング。特に 汗をたくさんかく季節は、こまめに水分を 与えるよう心がけましょう。飲ませるもの は、麦茶、湯冷まし、母乳、ミルクが良いで す(生後3か月くらいまでは母乳、ミルクで 十分)。脱水が疑われる場合は、乳幼児用

こまめに水分補給や休息を摂っ

て熱中症予防に気を付けて!