

# 唐橋くじら小規模保育園だより



もうすぐ七夕の日。足型スタンプやフィンガーペイン ティング、輪つなぎで笹飾りを作り飾りつけをしました。 今年は天の川が見えるかな?

みんなの願いが叶いますように!!

今年は梅雨入りが遅く、蒸し暑い日が続いています が、水の気持ち良さを味わい涼みながらプール遊びを 楽しんでいきたいと思います。





今月の歌「アイスクリーム」「うみ」です。



### ~お知らせとお願い~

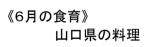
- 介 プール遊びが始まります。毎朝プールチェック表に記入を お願いします。記入がない場合はプール遊びができませんので ご了承ください。
- 🕜 参加型参観・個人面談は1日1組です。日程表を掲示しています ので希望日に名前を記入して下さい。参観を希望されない方は 降園時に個人面談をさせて頂きます。個人面談は全員させて 頂きますのでよろしくお願い致します。

### 。\* ○ \* 。ほけんだより。\* ○ \* 。°

強い日差しの中で心配になるのが熱中症です。 低年齢ほど危険な熱中症 O. 1. 2歳のころは、体温調節の機能が未熟で、代謝も活発なので、多くの水分が 必要です。こまめな水分補給を!

汗をかきましょう! 汗をかくことの一番の目的は体温調節です。汗 をかくと、その水分が蒸発する時に、皮膚の表面から熱を奪って体温を下げます。 暑い季節と切り離せない汗ですが、汗をかく力は2-3歳までの過ごし方で決まり ます。つまり、この時期までに適度に汗をかく生活を送ることで、発汗機能が完成 するということです。できる範囲で涼しい時間帯に外遊びをするなど。運動して汗を 流すという生活を意識しましょう。また、子どもは体は小さいですが汗腺数は大人 と変わらないため、汗腺の密度が高く、たくさん汗をかきます。汗をかいたら早めに 拭いたり着替えたりシャワーをするなどして皮膚を清潔に保ちましょう。

## トピックス







のっぺい汁:日本の郷土料理として全国にありますが、山口県萩市で 伝わる"のっぺい"は冬場に作られることが多く根菜を中心に 使ったとろみをつけた汁物です。

鳥のからあげ:長門市は昔から鶏をたくさん育てており、長州鳥が有名です。 つしま: 周南地域に伝わる郷土料理で、ごぼう・しいたけ等と崩した豆腐の和え物です。



※ 8月の予定

運動教室 ・参加型参観・個人面談

避難訓練・夏祭り・13日~16日家庭保育協力日

### 月の行事 月 プール開き 1 火 2 3 лk 4 木 金 5 $\pm$ 6 7 $\Box$ 月 8 9 火 10 水 11 木 12 金 13 + 14 **H** 15 月 海の日 16 火 身体計測 17 水 運動教室 18 木 避難訓練 19 余 20 ± 21 ⊟ 22 月 23 火 24 x

### 社会福祉法人くじら 唐橋くじら小規模保育園



#### 〒520-0851

25 木 26 金

30 火 31 水

土 27 28 **B** 

29 月 保育料引落日

滋賀県大津市唐橋町17-25 Tel 077-534-0770 fax 077-534-0771