



社会福祉法人淡海すぎのこ会 すぎのここども園

蒸し暑い日が続いていますが、梅雨が明けると夏本番です。いよいよ、子どもたちの大好きな水あそびの季節がやってきます。みんなで夏のあそびを存分に楽しみましょう！



7月の予定 (10:00~11:30 2階・子育て支援室)

7/4 (木) 製作 (七夕飾り)・プールあそび

7/11 (木) 色水あそび・プールあそび

7/25 (木) 身体測定・プールあそび

※天候や気温に合わせて、プールに入りたいと思っておりますので、毎回プールセット (水着 or プール用オムツ・帽子・タオル・お着替え) をお持ちくださいね。

☆プールに入る時の注意点☆

- ・洗髪や爪切り、耳掃除など衛生面には気をつけてください。
- ・ピン留めの使用は控えて頂きますようよろしくお願いいたします。
- ・体調が優れない時やとびひがある場合は入水できません。



8月のたんぽぽはお休みです。
9月5日(木)お待ちしております。

汗をかくことって大事なの？

汗をよくかいて皮膚の表面にある汗の出口を開いておき、汗やほこりがつまりにくい状態にしておくことで、あせも予防になったり、体温調節をすることにも繋がります。冷房をつけっ放しにしていると汗をかく機会が減ってしまいます。あそびの時間はたくさん身体を動かし汗をたっぷりかけるようにしましょう。また、食事や睡眠の時間には食べたり寝たりしやすいよう設定温度を少し低めにしましょう。冷房や扇風機を適度に使い、汗をかいたらシャワーをするなどして夏の暑い時期を健康に過ごしていきたいですね。