

# きらきらランドだより



奈良市立朱雀こども園 子育て支援室 R6・7  
担当 小山 和花

6月から子育て支援が始まりました。お部屋では伸び伸びと好きな遊びを見つけて遊んでいます。ひよこ組は親子でゆったりとふれあい、ビニールやスカーフ、制作したあじさいのうちわで遊びました。あひる組とりす組はリズム室やお部屋で体を動かしたり、かたつむりやかさの制作をしたりしました。また、お天気の良い日には園庭でお砂遊びや泥んこあそび、テラスでは水遊びを楽しんでいます。

これから暑い日が続くと思いますが、おうちでも水分補給、温度調節をしながら元気に過ごしてくださいね。

## ひよこ組



お母さんと一緒に  
スタンプをペタペタ

たくさんハイハイ  
したり、うつぶせで  
おもちゃをにぎにぎ



## 飛んでけ! 夏ばて

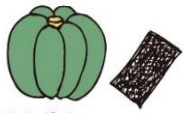
夏は暑さで食欲がなくなったり、体力を激しく消耗したりします。上手に食べて、暑さに負けない体を作りましょう!

エネルギーの源 たんぱく質



エダマメや  
トウモロコシなど

抵抗力をつける ビタミンA



ノリやかぼちゃ、  
ニンジンなど

疲労回復に大切な ビタミンB1



豚肉、大豆などの豆類、緑  
黄色野菜など

水分補給は、麦茶、水



甘みのないも  
のがお勧め



## りす組

クレヨンや  
色水の氷で  
おえかきしたよ

リズム室で  
サーキット遊び  
高くジャンプ!

シールを  
ペタペタ

クレヨンやペンで  
おえかきしたよ。

## あひる組



9月の始まりは、ひよこ組(0歳)ー9日、りす組(2歳)ー11日、あひる組(1歳)ー12日です。  
元気にお会いできるのを楽しみにしています。