



## なかよしランドだより

令和元年7月 子育て支援担当 町田

紫陽花が鮮やかに色づき、いよいよ本格的な梅雨入りとなりました。6月は暑い日も多かったのですが、たくさんのお友達が元気になかよしランドに来てくれました。お気に入りのおもちゃがそれぞれあって、人形のお世話をしたり、ままごとをしたりパズルをしたりとゆったりと過ごしています。その中で少しずつ、お友達の様子を気にしたり、一緒に遊んでみようとする姿も見られます。今月は、制作や遊びに加え、夏ならではの感触遊びも取り入れていきたいと思ひます。

### さつまいも植えたよ

お家の人と一緒に、園の畑にサツマイモの苗を植えました。秋には大きなお芋ができるかな？楽しみにしててね。



### 七夕☆☆

笹に手作りの短冊や飾りをつけました。七夕の歌を歌いながら、一緒に夜空を眺めてみるのも良いですね。



### ネバネバで夏バテ予防

ヤマイモ・オクラ・モロヘイヤ・モズク・ワカメなどの食材に共通しているのは、ネバネバしていることです。ネバネバの成分は水溶性食物繊維で、腸内環境をよくする働きをしてくれます。暑い日には、口当たりやのど越しがよく、食が進むネバネバ食品を一品加えてみるのもいいですね。

### 夏かぜに気をつけよう

夏かぜとは、プール熱・ヘルパンギーナ・手足口病などのことをいいます。うがい・手洗いをしっかりする、部屋の湿度・温度に気をつけるなど、かぜの予防を心がけましょう。寝るときはクーラーのタイマーを利用して、体が冷えすぎないようにしましょう。もしかかってしまったら、たっぷりと睡眠を取り、栄養のある食事や水分をしっかりとるようにしましょうね。



いちごぐみ (2歳児) 毎週火曜日	さくらんぼぐみ (1歳児) 毎週木曜日	ももぐみ (0歳児) 毎週金曜日	活動内容
7月9日	7月11日	7月12日	水遊び
7月16日	7月18日	7月17日(水)	身体測定 誕生会 カレンダー作り(8.9月)
9月10日	9月12日	9月13日	お散歩バッグをつくろう
9月17日	9月19日	9月20日	身体測定 誕生会 カレンダー作り(10月)
9月24日	9月26日	9月27日	お散歩にいこう
10月12日(土)			神功こども園運動会 (未就園児参加競技があります)
10月 16(水)23(水)29日	10月 17日24日31日	10月 18日25日	内容は後日お知らせします。

☆園庭開放☆ 8月22日に子育て支援室を開放します。0～2歳まで年齢関係なく来ていただけます。時間は9:30～11:00です。ご自由にご参加ください。お茶は必ず持参して、水分補給はこまめにしてください。