

いただきます

ふじヶ丘保育園 2025. 8. 1 発行

今年も猛暑の夏となりました。熱中症の危険性が極めて高い環境が続いています。乳幼児は体が小さく、皮膚や呼吸から失われる水分量が多いです。また、自らの意思で水分をとることが難しい月齢の子もいます。周囲の大人がこまめに声をかけ、水分補給を促しましょう。



7月は、夏野菜（ミニトマト、なす、ピーマン、きゅうり、しそ）の収穫、すいか割り、夏のお楽しみ会にてきりん組さんとカレーライス作りに挑戦！と、夏を満喫することができました☆今月も日々の給食や行事を通して、まだまだ夏を楽しみたいと思います♪



きゅうりやトマト、とうがん、すいかなどの夏野菜は水分をたっぷり含んでいるので汗で奪われた水分を補給したり、涼しく過ごせるように体を冷やしたりする作用があります。また、利尿作用のあるカリウムも豊富。暑さでとり過ぎてしまった水分を、しっかり排出して、体内の水分量を調節してくれます。夏野菜を食べて、元気に夏を乗り切りましょう。



愛情弁当の日



♪愛情弁当の日 ※全園児

8月4日（月）

♪お盆保育 ※利用家庭のみ

8月13日（水） 14日（木） 15日（金）

♪果物狩り遠足 ※うさぎ組のみ

8月27日（水）

第3回

グループ懇談会・茶話会

8月23日（土）14：00～

詳細は園だよりをご覧ください。

手作りおやつを準備しています☆

