



2020年

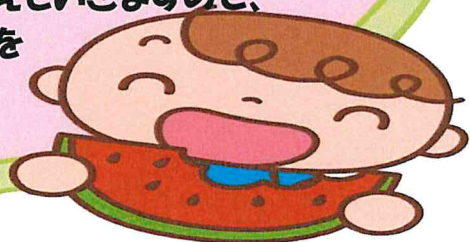
8月

# どんぐりだより

どんぐり保育園 南城市玉城字富里136-2 TEL 948-2937 FAX 948-3445

まぶしく力強く輝く太陽に自然のエネルギーを感じます。子ども達も益々パワーアップし、楽しそうに水遊びをしたり、元気に園庭を駆け回っています。8月7日は「立秋」で暦の上ではもう秋になりますが、まだまだ厳しい暑さは続きます。暑さで疲れやすくなりますので、規則正しい生活をして元気に夏を乗り切りたいですね。

また、9月の運動会に向けて練習も増えていきますので、睡眠や食事を十分にとり、疲れを残さないようにしましょう。



## 水分のとり方に気をつけましょう



暑い季節、体は汗をかくことで、皮膚から熱を奪って体温を下げようと機能します。子ども達は長時間汗をかいても遊びに夢中で、のどの渇きに気づきにくいことがあります。①牛乳やジュースは消化に時間がかかるので避け、水かお茶をゆっくりと飲む。②飲み物は冷やし過ぎない。③一度に大量に飲まない。④運動の前後にこまめに水分を摂取する。という4つの点に注意して上手に水分をとりましょう。



## 8月の行事予定

- \* 10日(月) 山の日 (休園)
- \* 11日(火) 避難訓練
- \* 20日(木) 身体測定
- \* 28日(金) お誕生会
- \* 31日(月) ウンケー (旧盆)
- \* 9/2(水) ウークイ (旧盆)

※都合により変更する事もあります。



## ~8月生まれのおともだち~

\* 9日 きんじょう ゆうしんくん (3さい)

\* 13日 きんじょう かずきくん (5さい)

\* 14日 なかむら かんたろうくん (2さい)



## ★うんどうかい★

9月11日(金)に運動会を予定していますが、今年は夕涼み会と同様に子ども達と職員のみで行いますので、ご理解の程宜しくお願い致します。  
※雨天の際は延期です。

