

# さくらんぼだより 8月号

令和元年7月31日  
【子育て通信】第255号



(月～金 9:00～14:00)

太陽がさんさんと輝く夏がやってきました。8月のセンターは、プールあそびや絵の具あそびなど夏ならではのあそびや活動を計画しています。暑さで疲れやすい時期ですので、早寝早起き・朝昼晩の3食をきちんと取り、夏バテしないで健康的な生活を送りましょうね。



七夕



おもちゃ作り



壁面製作



プール開き



プールあそび



オマチマンさん



すいか割り

## 保健コーナー

さ吉くんで元気!!  
健康チャレンジに参加しませんか?

「さ吉くんで元気!!健康チャレンジ」は健康づくりをすすめる取り組みのひとつです。生活習慣を振り返り改善するためのきっかけとして、親子で参加しませんか? 子育て支援センターに置いてある用紙で参加申し込みができます。

上位入賞者には素敵な記念品を準備しています!  
さらに抽選で豪華景品があたります!  
当選チャンスは去年のが2倍です!

家族みんなで健康づくりに  
取り組んで、豪華賞品を  
ゲットしよう!

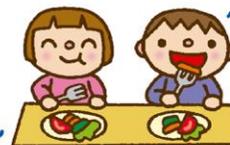


国東保健センターより  
Tel: 0978-73-2450

## 《食育コーナー》

\* 水分補給をしっかりしよう \*

赤ちゃんや小さい子どもは、のどが乾いたことをうまく伝えられなかったり、水分が不足していても自分では気がつかないことが多いので、そばにいる大人が水分補給を心がけることが大切です。飲むタイミングは、外あそび・お昼寝・入浴の前後・就寝前。また、おやつや食事後は少量でも麦茶などを飲むと良いでしょう。糖分の多い飲み物は逆にのどが渇く原因に。麦茶や湯冷まし、水などがおすすめです。



## 行事予定

日	月	火	水	木	金	土
				1 出前保育 (7F・2階) 10:00	2 ホール都合上 お休み	3
4	5 自由あそび	6 読み聞かせ 11:30	7 園庭開放 (プール日)	8 サークル 開放	9 ヨチヨチ タイム	10
11	12 振替休日	13 夏休み	14	15	16	17
18	19 自由あそび	20 シャボン玉あそび 11:00 (水あそび)	21 園庭開放 (プール日)	22 サークル 開放	23 ヨチヨチ (健康講座) 11:30	24
25	26 自由あそび	27 絵の具あそび 11:00	28 園庭開放 (プール日)	29 サークル 開放	30 お誕生会 11:30	31



## お知らせとお願い

- \* 1日(木)の出前保育は、アストくにさき(2階和室大)で10時~12時までの予定です。図書館にも行きます。新しいお友だちを誘って気軽に参加してくださいね。
- \* 2日(金)は、南部こども園の夕涼み会準備の為、ホールが使用出来ませんので、お休みとなります。夜7時からの夕涼み会は、楽しい催しがいっぱいです。ぜひお越しください。
- \* プールあそびや水あそびの日は、水着・タオル・スリッパの準備をお願いします。お母さん方も、ぬれても良い服・スリッパで参加して下さいね。日傘は動きにくいので、帽子をかぶるようにしましょう。
- \* 13日(火)~16日(金)まで、センターは夏休みです。お盆になりますので盆踊りや墓参りなどの行事を、家族・親戚と経験するのも良い機会です。家族でゆっくりと過ごして下さいね。
- \* 27日(火)に絵の具あそびをします。汚れてもよい服で参加してください。
- \* 28日(水)は、園のプールを使用します。(10:00~11:00)水曜(センター前プール)の時間は10:00~11:30とします。



☆熱中症に注意しましょう☆  
高温多湿の夏場は、特に熱中症に注意が必要です。  
水分補給や帽子の着用・外あそびの時間調節など、  
気をつけて下さいね。