



ゆめ組だより 2号

Ajisai Active Attractive

梅雨と夏の間の、天気や気温の変化が大きい季節となりました。
子どもたちの体調管理に気を付けながら、今月も楽しく過ごしていきたいと思います。

今年も夏ならではの遊び、プール遊びが始まります。

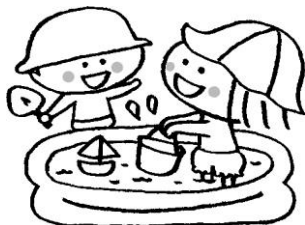
7月5日より、お天気の良い日にはテラスにプールやたらいを出して、無理のないように楽しく、気持ちよく、水に親しんでいきたいと思っています。

持ち物

- ① 身体を拭くタオル(フェイスタオルの大きさ)1枚
 - ② 水遊び用の服 次のうちどれか(・Tシャツ+パンツ・水着 ・プール用おむつ、普通のオムツでも可)
- ①、②をビニール袋(スーパーの袋等)に入れて、毎回ご用意ください。

※必ずすべての物に記名をしてください。(おむつ、ビニール袋にも。)

よろしくお願い致します。



夏の手遊び

家族
がはねて
の開き など、
ん歌って楽しんでいます。お子さんが口ずさんで
、一緒に歌ってあげてください。詳しい歌を
い方は、担任までどうぞ♪



飛んでけ! 夏ばて

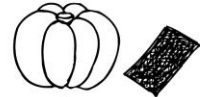
夏は暑さで食欲がなくなったり、体力を激しく消耗したりします。上手に食べて、暑さに負けない体を作りましょう!

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



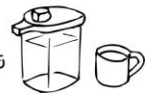
ノリやカボチャ、
ニンジンなど

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