



# 7月 園だより

日の出保育園 令和5年7月1日 発行

## 日差しも暑さも いよいよ夏本番

□園外活動から帰ってくる子ども達の顔や腕の色を見ながら、だいぶ日差しが強くなってきたなあと感じるようになりました。6月21日は、太陽が1年で一番高くなる夏至でした。そのころを境に、暑さも、いちだんと厳しくなってきましたようです。

園庭での水遊びには、絶好の季節を迎えます。健康管理と着替えなどへのご協力を引き続きよろしくお願いいたします。

を整えるビタミンやミネラルも含まれています。つまり、夏バテ対策には、水分といっしょにビタミンや塩分などの補給も欠かせないという教えなのです。

□もう一つ欠かせないのは、十分な睡眠です。昼間、太陽のもとで活動をすると、ぐっすり眠れることがわかっています。

モリモリ食べて、お日様をあびて、しっかり寝て、暑さに負けないようにしたいものです。

### 夏バテ防止には水分 プラス…

□12月の冬至（1年で最も昼が短いころ）には、カボチャを食べるとよいと言われています。夏至におすすめの食べ物に、トウガンがあります。ウリの仲間の巨大なトウガンには、たっぷりの水分に加え、からだのコンディション

### 優美先生が退職されました

□いちご組担当の優美先生が、6月いっぱいまで岩見沢を離れることとなり、日の出保育園を退職されました。退職にともない、保育士の担当に異動があります。詳しくは、玄関の「お知らせ」をご覧ください。

### お 知 ら せ

**■** 1日(土)もも組・8日(土)いちご組。保育参加日は園児の昼食は給食が出ます。保護者の昼食・飲み物・敷物をご持参ください。（プリントをご確認ください）

**■** ぶどう組 14日(金)MAYA・MAXX ワークショップ  
21日(金)バス遠足（岩農・美流渡）・26日(水)交通安全指導（PM）・27日(木)Tボール体験会。

いろいろな行事があります。お楽しみに♪

**■** 「夏風邪」と診断され治りが悪く症状をぶり返しているお子さんが増えています。長引く症状は再受診をし、緩和や完治をお願いします。

### 7月のおもな予定

| 日・曜  | 予 定                |
|------|--------------------|
| 1・金  | もも組 保育参加日          |
| 5・水  | 消防立ち合い避難訓練         |
| 8・土  | いちご組 保育参加日         |
| 10・月 | 3歳以上児 なかよし保育 体育    |
| 12・水 | 誕生会                |
| 19・水 | ぶどう組 なかよし保育 ボール    |
| 28・金 | れもん・ぶどう組 なかよし保育 英語 |

**■** 保育園には9時30分までに来てください。

|  |                 |
|--|-----------------|
|  | 欠席連絡も同様をお願いします。 |
|--|-----------------|