

梅雨が明けると、夏本番です。暑い夏は気を付けることがたくさんです。
熱中症、日焼け、夏風邪などです！こんなことにも負けず、元気いっぱい夏を楽しむにはしっかりと予防をすることが必要ですね☆
帽子の着用、水分補給、早寝早起きをして規則正しい生活を送りましょう。
これらのことを気をつけながらめいめい夏を楽しみたいですね♡



○7月の予定○

3日(水) のはらクラブ
5日(金)七夕会
19日(金) 避難訓練
24日(水) 誕生会

○8月の予定○

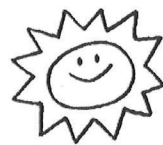
21日(水) のはらクラブ
23日(金) 避難訓練
28日(水) 誕生会

○9月の予定○

11日(水) のはらクラブ
13日(金) お月見会
19日(木) 避難訓練
25日(水) 誕生会

夏風邪

夏風邪とは、プール熱、ヘルパンギーナ、手足口病などのことを言います。うがい、手洗いをしっかりする、部屋の温度・湿度に気を付けるなど風邪の予防を心掛けましょう。寝るときには、体が冷えすぎないようにしましょう。もし、かかってしまったら睡眠を十分にとり、栄養のある食事や水分をしっかりとるようにしましょうね。



熱中症に注意

これから、暑くなり熱中症や脱水症状の注意が必要です。保育園では、室温の管理やこまめな水分補給などを行い対策を徹底しています。

引き続きご家庭でも熱中症、脱水症状の対策をよろしくお願い致します。

