



すみちゅうだより

7月号



毎日暑い日が続いていますね！！

元気に過ごしているお友達もいますが、鼻水や咳等体調を崩しているお友達もいます。

早寝・早起き・朝ご飯をしっかりと食べて元気に過ごしていきましょうね！！



足にもペタペタ！！



初めてのとろんこ＆水遊びが友達と一緒に楽しめました！！



おなか

- ★お茶をしっかりと飲めないお友達を見かけます。熱中症予防の為園でも頑張ってお飲みしていますので、ご家庭でもしっかりと水分補給をお願いします。（ジュースや牛乳ではなくお茶を飲んでいるかな？）
- ★持ち物の名前の確認をお願いします。再度確認して薄くなっている物は書き直しをお願いします。
- ★汚れ物入れは、濡れたまま使用し続けると不衛生ですので、乾かしてから翌日持って来て下さいね。

『朝ごはんが大切』とよく言われますが、なぜだか知っていますか？
朝ごはんには、夜眠っている間に少なくなったエネルギーを補い、低くなった体温を回復させる大切な働きがあります！！
※朝ごはんをしっかりと食べて登園して来て下さいね！！



朝ごはんを食べると・・・

- ★脳が元気になる！
- ★活力が出る！
- ★うんちが出やすくなる！
- ★肥満防止になる！

こんなに良い事がありますよ！！

お水をジャ〜おもしろいね！！



とろんこ遊びだ〜い好き！！

