

令和 8 年度

8月

西嶺保育園

391-6286

<http://www.seiryohoikuen.com>



えんだより

暑い暑い夏がやってきました。太平洋高気圧とチベット高気圧が、重なるダブル高気圧の影響のようで、京都府でも連日焼けつくような暑さに見舞われています。

しかし暑さを感じているのは大人だけ!?と思うほど子どもたちは汗をキラキラと輝かせながら遊んでいます。沢山のセミが、園庭で大合唱していますが子ども達もプールあそび、水あそびを楽しみセミに負けない元気な声が響いています。水分補給、熱中症対策などを行いながら元気に気持ちよく過ごせる環境を整えていきたいと思います。



行事

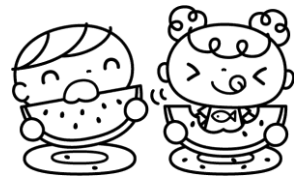
8月 7日(火) お誕生会

20日(木) 避難訓練

27日(木) 身体測定



お知らせ



☆ 8月 14日(金) 15日(土) の保育は申し込みされた方のみとなります

この日の保育は18時までです

☆ プールあそびについて

夏はプールあそびや水あそびをして過ごしたいと思っているのですが危険なほどの暑さになると見込まれる日は子どもたちの安全を最優先に考え、中止とさせていただきます



水分補給の落とし穴

水分補給は大切ですが、糖分の多い飲み物は、摂りすぎると食欲が落ち、体力低下にもつながります。ジュースはもちろんの事スポーツドリンクにも糖分の高いものが、けっこうあります。気をつけましょう。



お盆

8月13日～16日の4日間はお盆期間です。お盆とはなくなったご先祖様の霊を1年に1度家に迎えて供養する期間です。ご先祖様を敬う気持ちでお盆を迎えたいですね



暑い夏を元気に乗り切るポイント

大量に汗をかくと脱水症状を起こし、熱中症の原因にもなります。こまめな水分補給を心がけましょう。



こまめに汗を拭いたり、シャワーを浴びたりして、皮膚を清潔に保ちましょう。



外出時は帽子をかぶり、日焼け止めを塗るなどの紫外線対策も忘れずに。



高温・多湿などの条件がそろえば、室内でも熱中症は起こります。エアコンをじょうずに使いましょう。ただ、冷やしすぎには要注意、設定温度 27~28℃を目安にしましょう。