



園だより

H30.9.1 保育所 こどもの家

朝夕少しずつ涼しくなりましたが、まだまだ日中は暑い日が続いています。今年の夏は、とても暑く、プール遊びでは、とても楽しそうに遊ぶこども達でした。これからは暑さと涼しさが行ったり来たりの日々が予想されます。季節の変わり目は体調を崩しやすくなります。身体への心配りをしながら健康管理に十分気を付けていきたいと思えます。

夏かぜってこわいの？

夏かぜは赤ちゃんや老人など、もともと抵抗力が弱い人がかかりやすいのですが、若い人でも、いわゆる夏バテなど体力が落ちると夏かぜにかかります。寝冷えやクーラーにかかりすぎなども間接原因と言われています。症状としては、いわゆる風邪の症状(発熱、咳、鼻水、のどの痛み)に加えて、下痢などの胃腸症状も加わることがあります。こじらせると、高熱が出たり、肺炎や髄膜炎といった合併症を起こして重症化することもあるので注意が必要です。予防としては、うがいと手洗いが基本ですが、まずは規則正しい生活が何より大切です。汗の始末もしっかりとして夏かぜ予防をしていきましょう！！



おたんじょうび
おめでとう!



21日
たけだときはくん(2歳)

今月の予定

7日(金) 身体測定
26日(水) お誕生日会

♪今月の歌
大きな栗の木の下で

食欲の秋！収穫の秋！

秋の「食べ物」と言っておもいつくものは何でしょう？ぶどう・かき・なし・りんご・くりなどおいしい食べ物がたくさんありますね！そんな旬の味覚を味わうには、「〇〇狩り」に出掛けるのも楽しいかもしれません♪

食欲の秋は、戸外でお弁当をもってピクニックなどをしながら、おいしいごはん、フルーツなど食べ、のんびり楽しく家族団らんの休日を過ごすのもよいかもしれませんね！

