

上志佐保育所 すくすくめだかランド

平成27年 8月号

8月の予定

「カレンダー作り」

期日：8月28日（金）
時間：10時30分～11時30分
場所：上志佐公民館 教養室

- 内容：
- ✿ 絵本読み聞かせ
 - ✿ 8月のカレンダー作り
 - ✿ フィオナさんの
Let's enjoy English
 - ✿ そうめん流し

★水筒、帽子の準備をお願いします。



※参加をご希望の方は、
8/22(水)までにご連絡ください。

〈お問い合わせ先〉
上志佐保育所
(0956)72-0048

7月の活動



ベビーマッサージ



アロマ虫よけスプレーを
作りました♪



バルーンあそび♪



8月のカレンダー作り



暑い夏を元気に乗り切るポイント

1. 水分補給

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。



2. 皮膚のケア

こまめに汗をふいたり、シャワーを浴びたりして、皮膚を清潔に保ちましょう。



3. 紫外線対策

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。



4. 室温管理

高温・多湿など条件がそろえば、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。



※ホームページを開設しました※

上志佐保育所のホームページができました。すくすくめだかランドの毎月のおたよりもご覧いただけます。

(ホームページ) <http://kamishisa.chu.jp>
(twitter) @kamishisa_ho