

平成30年8月1日
 社会福祉法人明星福祉会
 深坂 保育園
 ☎093-244-7670
 fax093-244-0567
 バス携帯080-3944-7089
[http://fukasaka.h"oikuen.ac](http://fukasaka.h)

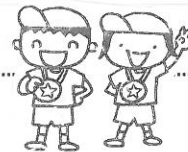
暑中お見舞い申し上げます

毎日、本当に暑いですね！でも…子ども達は「夏」ならではの遊びを楽しんでいます。
 今月も健康に十分注意して、暑い夏を乗り切りたいと思います。又、9月の“運動会”に向け、無理なく練習もしたいと思います。

8月の行事予定



| 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|------|------------|------------|------------|---------------------|-----------------------|-----------|
| 身体測定 | | | 1 身体測定 | 2 身体測定 | 3 | 4 |
| 5 | 6 体育教室 | 7 水泳教室 | 8 習字教室 | 9 英語教室 | 10 避難訓練 プール遊び終了 | 11 山の日 |
| 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 |
| 19 | 20 | 21 | 22 習字教室 | 23 英語教室 | 24 | 25 |
| 26 | 27 体育教室 | 28 水泳教室 | 29 | 30 きりんぐみ 音楽指導 | 31 お誕生会 | |



第38回・運動会



9月16日(日)「運動会」を行います。
 暑い時期に練習を始めるので、“夏”の遊びを楽しみながら無理がないようにしていきたいと思います。又、水分補給・休息等にも十分に注意していきたいと思います。

楽しかったね!!

先日の「夏まつり」多くの方のご参加ありがとうございました。
 夏まつり最後のメインイベントの花火も風がりましたが無事に済み、楽しい時間を過ごして頂けた事と思います。
 保護者会主催のバザーもほとんど完売しました。

“夏”の感染症に注意しましょう!

・ヘルパンギーナ

39度前後の熱が続き、のどの奥に小さな水疱が出来ます。水疱がつぶれると痛く、食欲が低下します。

・手足口病

手・足・口に発疹が出来、水疱になるものもあり破れると食べ物やのみものがしみて痛い事もあります。熱はあまり高くなる事はありません。

・咽頭結膜熱(プール熱)

39度前後の熱が出て、喉の痛み・咳・目やに・充血等の症状が現れます。



“夏バテしない食事”は?

夏場は食欲が減退します。でも…食べなくては夏を乗り切る体力が付きません。下記の食材はオススメです!

1、ビタミンB1を含む食材

例えば…豚肉・レバー・枝豆・うなぎ・胚芽米・にんにく・ごま

2、旬の夏野菜

例えば…きゅうり・かぼちゃ・なす・トマト・ウモロコシ・ピーマン

食欲が出てくれば、体力は自然に回復します!

