



7がつ えんだより

令和 8 年 6 月 30 日 東谷山COCON保育園

雨の日が続き、早く梅雨が明けないかと思うのは私だけでしょうか(笑)でも、子ども達は雨上がりの散歩へ出かけ水溜まりを見つけ「バシャバシャ」と足を踏んで楽しむ姿を見ると雨も遊びになるなと思ったり…

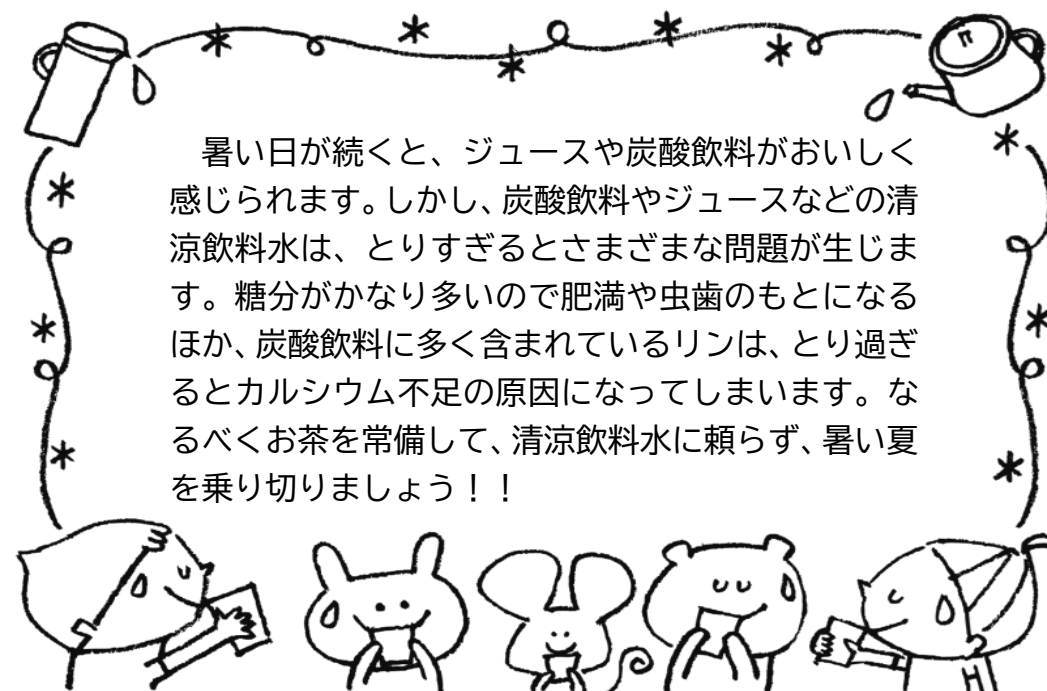
先日、夏野菜を収穫し給食でいただきました。自分達で育てたきゅうりは格別だったと思います🥒これからも収穫が楽しみです🎵

さて今年も暑い日が多いと報道されていました。7月中旬からプール遊びや水風船など夏ならではの遊びを計画しています。この時期は感染症にかかりやすい時期でもあります。生活習慣（早寝早起き朝ご飯）が大切で体の調子も整えて元気に過ごせる源です。 皆さん夏バテしないように気を付けましょうね！

今月もよろしくお願いいたします。

～お知らせ・お願い～

- ・プールの準備物や日程表は別紙にてお知らせいたします。
- ・プールや水あそびをしない日も汗をかいた際には沐浴やシャワーを行いますので、フェイスタオルは必ず毎日準備をお願いいたします。
- ・爪が伸びているとお友だちを引っかいたり自分の爪が割れて怪我をすることがありますので、爪が伸びていないか定期的に確認をお願いいたします。



暑い日が続くと、ジュースや炭酸飲料がおいしく感じられます。しかし、炭酸飲料やジュースなどの清涼飲料水は、とりすぎるとさまざまな問題が生じます。糖分がかなり多いので肥満や虫歯のもとになるほか、炭酸飲料に多く含まれているリンは、とり過ぎるとカルシウム不足の原因になってしまいます。なるべくお茶を常備して、清涼飲料水に頼らず、暑い夏を乗り切りましょう！！

★7月生まれ★

お誕生日おめでとう 🎈



日	曜	行事予定
1	水	
2	木	
★3	金	
4	土	
5	日	
★6	月	
★7	火	七夕
8	水	避難訓練
9	木	
10	金	
11	土	
12	日	
13	月	
★14	火	
15	水	体操教室
16	木	
17	金	
18	土	
19	日	
20	月	海の日
21	火	英語教室
★22	水	プール開き
23	木	
24	金	
25	土	
26	日	
★27	月	身体測定
★28	火	
29	水	誕生会
★30	木	
31	金	

★の日は白ご飯不要です