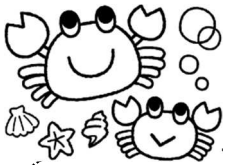




2018年8月号
 社会福祉法人 尚徳福祉会
 保育園川崎ベアーズ 園長 萩原ノブ子



毎日うだるような暑さが続いていますね!! 梅雨明けも例年にない早さの6月29日でした。余りにも猛暑。子どもたちは、夏遊びをする時以外は室内で過ごしています。蝉の鳴き声が出ていたので公園に探しに行きたいのですが、「熱中症警戒情報」が毎日出ています。それでも7月は食欲も落ちることもなく、元気に登園していましたのでホッとしています。今月もまだまだ暑さは続くと思います。引き続き水分補給・休息を十分に取しながら、夏遊びを楽しみ、暑い夏を乗り切っていきたいと思っています。ご家族での夏の楽しいお話を聞かせてくださいね。



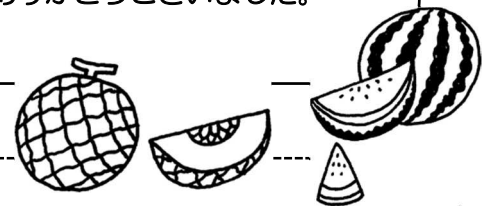
今月の予定

- 8/2 (木)・8/23 (木)
えいごで遊ぼう (2歳児～5歳児)
- 8/8 (水)「水遊びを楽しもう」
(交流保育)
- 8/10 (金) 身体測定
- 8/21 (火) 園医健診 (0・1歳児)
- 8/24 (金) 避難訓練

8/13 (月)～8/18 (土) は夏遊び・シャワーは行いませんので、持ち物等の準備は必要ありません。9/5 (水) まで夏遊びは楽しむ予定です。その間はお手数をおかけしますが、ご用意をよろしくお願いたします。

※夏休みについてのアンケート
ご協力ありがとうございました。

8月生まれのお友だち(幼児組)がいないため
今月の誕生日会(幼児)はありません。



<<神奈川新聞：7月23日(月)の記事より抜粋 >>

熱帯夜が続き、十分な眠りの確保が難しい。体が眠っても脳は起きている「レム睡眠」、脳も体も眠っている「ノンレム睡眠」と交互に訪れる。寝付いて最初にやってくるノンレム睡眠が最も深い眠りであり、そこで脳と体を休ませることが肝心らしい。「睡眠負債」という言葉が知られてきた。日々の睡眠不足が蓄積し、やがて心身に及ぼす影響が指摘されている。入浴や冷房などうまく取り入れ、疲れを残さないための工夫を実践したい。理想は夢をみないほどぐっすりとした眠りである。

・・・熱帯夜を乗り切るための参考までに・・・

