

8月の予定

水遊び

8月3日(水) 10:00~

全身で思いっきり水遊びを楽しみましょう!!
 持ち物→タオル、着替え
 服装→水着か濡れてもいい格好で。
 (申し込み前日まで 参加費無料)



クッキング

~きゅうりの漬物~

8月10日(水) 10:00~

きゅうりのキューちゃん漬けを作ります♪

(申し込み6日(土)まで

参加費300円)



アイスマグネット作り

8月30日(火) 10:00~

紙おんどで作るかわいいアイス😊
 おいしそうなおアイスを作っちゃおう♪
 (申し込み前日まで
 参加費200円)



★行事のない日もお気軽に遊びに来てください。

「ま〜なひろば」

毎週木・金曜日

◎ 第3木曜日(8月18日)は夜店ごっこを
 します。
 みんなで楽しみましょう

*場所 スポカライン黒石
 2階 親子アリーナ
 *時間 9:00~12:30



平成28年度 8月号

あけぼの保育園 支援だより

<8月>

月	火	水	木	金	土	日
1	2	3 水遊び	4 ま〜な	5 ま〜な ちくちく工房	6	7
8	9	10 クッキング	11	12 ま〜な ちくちく工房	13	14
15	16	17	18 ま〜な	19 ま〜な ちくちく工房	20	21
22	23	24	25 ま〜な	26 ま〜な ちくちく工房	27	28
29	30 アイスマグ ネット作り	31				

☆あけぼの保育園 子育て支援センター

◎ 開放時間：月曜日～土曜日(8:00~13:00)

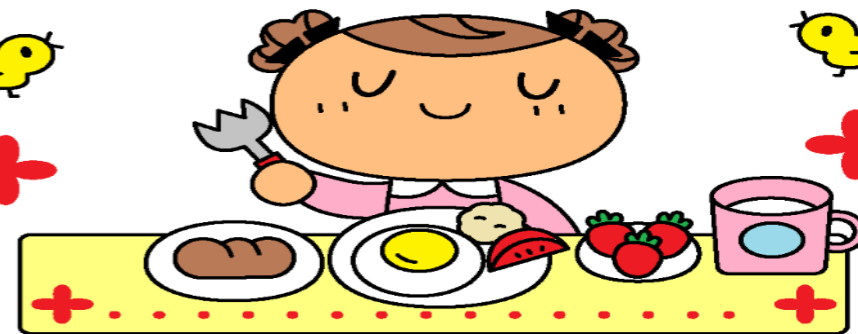
*木・金曜日…ま〜な
 *金曜日……ちくちく工房
 (手芸サークル)

気軽に遊び
 に来て下さ
 いね♪



朝ごはんを食べて 夏バテを吹き飛ばそう

- 早寝・早起きで、毎日の生活リズムをしっかりと作りましょう。
- 朝ご飯を食べましょう。
- タンパク質・ビタミン・ミネラルを十分にとりましょう。



絵本の紹介

「ピン・ポン・バス」

駅前を出発したバスは、いろんな停留所でピンポンとなって止まります。少し田舎ののどかなバスの旅。楽しいのりもの絵本!!



作：竹下文子 絵：鈴木まもる
 出版社：偕成社



赤ちゃんの水分補給

どうしたらよいの？

大人に比べて子どもは汗かき。特に0～2歳のころは新陳代謝がよく、おしっこの回数も多いので、たくさんの水分が必要です。のどが渴いていても言葉で伝えられないこともあるので、大人が気を配ってあげましょう。

水分補給のコツ

- 水分は、吸収のよい湯冷ましや麦茶、番茶などがお勧め
- お散歩の前後や、あそびの途中も忘れずに
- 30分くらいに1度、50mlほどが目安
- 嫌がる時は、無理に飲ませなくて大丈夫。時間を置いてあげましょう



ベビーカーでの熱中症に注意

地面に近く、アスファルトの強い照り返しを受けるベビーカーの中は、かなりの高温になっています。また、日ざしをよけるためにレインカバーなどを掛けると、熱がこもって、蒸し風呂状態になることも。ときどきカバーを開けて換気をしたり、日ざしの強いときのベビーカー移動は、なるべく避けてあげてくださいね。

炎天下での長時間の移動

レインカバーの掛けっぱなし

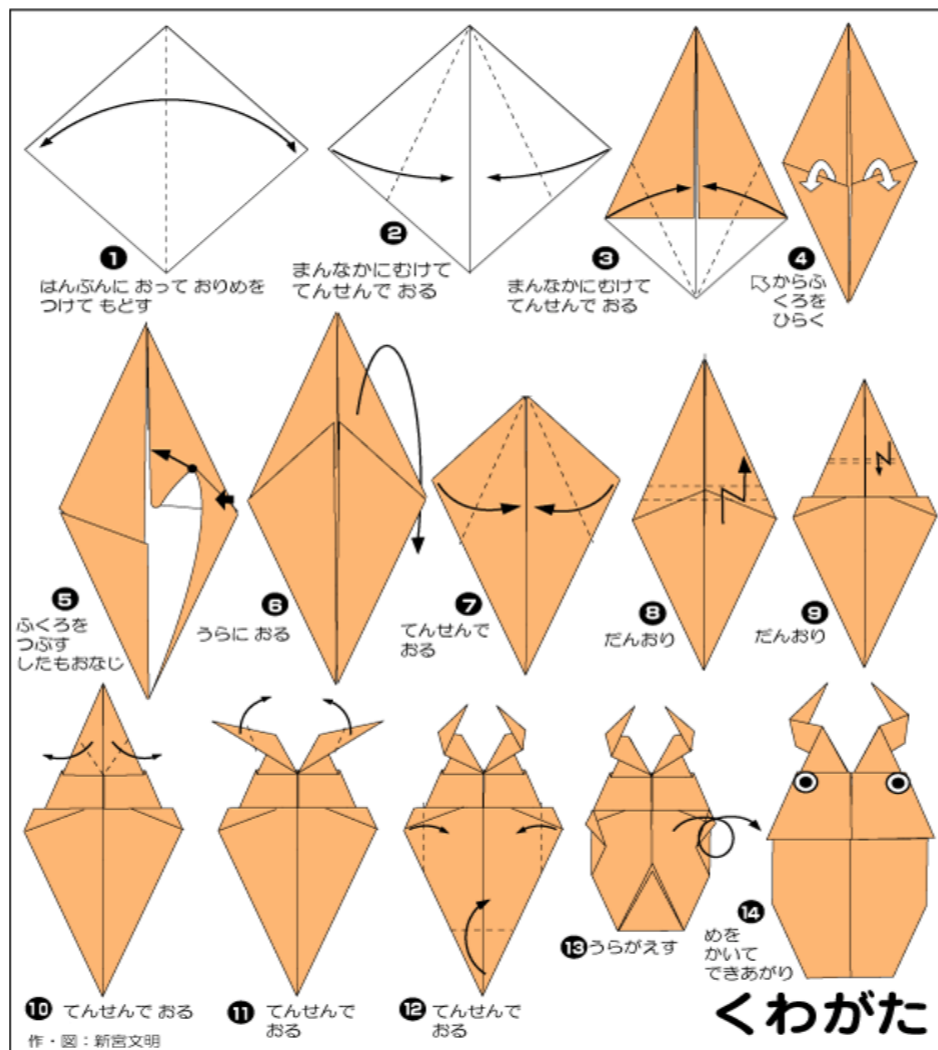
水分をとらないで移動する

子どもをベビーカーに乗せたままでの長時間の立ち話



8月のおいがみ

☆くわがた☆



♪うみ♪

1. うみは ひろいな おおきいな つきがほるし ひがしずむ
2. うみは おおなみ あおいなみ ゆれて どこまで つづくやら
3. うみに おふねを うかほせて いってみたいな よそのくに



簡単クッキング

♡いちごたっぷり♡

フレッシュアイス



＜材料＞ 4人分
バニラアイスクリーム
.....400g
コーンフレーク(オールブラン)
.....大さじ8(40g)
いちご.....15粒

＜作り方＞

- ① イチゴはヘタをとり、4粒を除いて冷凍する。
- ② 冷凍したいちごを包丁で荒く刻む。
- ③ 刻んだいちごに、アイスクリームとコーンフレークを加えて包丁でたたきながら混ぜる。
- ④ 器に分け入れ、冷凍室でサッと冷やし固め直す。
- ⑤ 器に盛り付け、冷凍してなかったいちごを切って飾る。



8月乳幼児健診 (場所: スポカルイン黒石)

健診別	実施日	対象者	受付時間
乳児健診	8/9(火)	H28年 4月生	午後0:15~0:30
1歳6カ月児健診	4(木)	H27年 1月生	午後0:30~0:40
2歳児健診	25(木)	H26年 1月生	午後0:30~0:40
3歳児健診	24(水)	H25年 1月生	午後0:15~0:30

8月休日救急当番医

実施日	病院・診療所名	住所	TEL
7(日)	レディスみかみクリニック	前町49	52-8618
11(木)	田村眼科	一番町183	53-1256
14(日)	工藤さとる整形外科クリニック	野添町64-3	59-0345
21(日)	たかはし内科循環器科クリニック	ぐみの木1丁目67-1	59-2200
28(日)	盛耳鼻咽喉科	浜町3	53-1187