

まだまだ残暑が厳しいですが、ふと空を見ると、赤とんぼがたくさん飛んでいて、秋はもうすぐそこまで来ているんだなと感じる今日この頃です。

3回目の緊急事態宣言が発令され、コロナの感染拡大が大人から子どもたちへと広がり心配な状況が続いています。そんな中で子どもたちは、様々な夏の遊びを十分楽しんでいます。引き続き、私たち大人が感染対策を緩めることなく生活していくことが大切です。



- 3日(金) プール納め
- 15日(水) 命を守る訓練
- 16日(木) 体育教室
- 17日(金) 発育測定

- 20日(月) 敬老の日🍁
- 21日(火) 誕生会
- 22日(水) 英語教室
- 23日(木) 秋分の日🍁
- 30日(木) 運動会通し練習



※9月の給食献立表に、17日(金)誕生会ケーキと掲載しましたが、21日(火)が誕生会です。



★ゴドモン(アフリ)の欠席連絡について

バス通園のお子さん…7時30分までに
送迎されるお子さん…9時までに連絡をお願いします。
緊急の場合は、電話連絡(☎34-2558)してください。

★生活リズムを整えましょう

9月から運動会に向けて、戸外での練習が始まります。まだまだ残暑が厳しい中で、熱中症対策をしながら身体を動かしていきたいと思えます。水筒のお茶の量は多めに用意してください。

睡眠不足は、食欲や集中力の低下・イライラ、不機嫌…と生活リズムの崩れを招き、睡眠不足が続くと、免疫力の低下や病気にかかりやすくなります。早寝・早起きをするためには、大人が寝る時間を習慣づけることが大切です。子どもが寝る時間になったら、大人も就寝前の雰囲気を作りましょう。

十分な睡眠と、朝食をしっかりとって、病気に負けない元気な身体を作っていきましょう。



朝ご飯

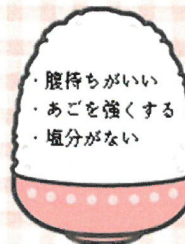
朝ご飯には…

- ・体にエネルギーと栄養を与えてくれる
- ・脳も活発にしてくれる
- ・体温を上げて体を目覚めさせる
- ・生活のリズムをつくる

などの役割があります。

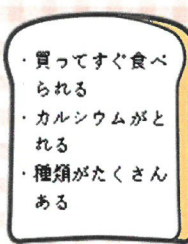
朝はしっかりご飯を食べてその日1日を元気に過ごしましょう。

ご飯のよいところ



- ・腹持ちがいい
- ・あごを強くする
- ・塩分がない

パンのよいところ



- ・買ってすぐ食べられる
- ・カルシウムがとれる
- ・種類がたくさんある



9月10日(金)までは、水遊びを行うことがありますので、準備をお願いします。10日(金)に、プールバッグ、サンダルを持ち帰ります。

保護者会清掃活動中止のお知らせ

9月25日(土)に予定していましたが清掃活動はコロナウイルス感染拡大防止の為、中止させていただきます。