

* 古平町子育て支援センター *



令和7年8月26日（火）発行

連日蒸し暑い日が続いていますね。暑い夏を元気に乗り越えるには、しっかり汗をかける体づくりをすることです。夏は暑さや湿度により、体力を消耗し、疲労感をもたらします。熱中症対策を十分にして、暑さに負けない体づくりをしましょう！たくさん遊んだ後は、栄養バランスの良い食事と睡眠で疲れを取り、日常生活の中で、体力を回復していきましょう。

誕生会の様子を紹介します



幼児センターのお友達と交流したり、誕生会のお祝いもします！

行事の広場『七夕の会』

8月7日(木)の『七夕の会』には、2組の親子が参加してくれました。七夕飾りなどで装飾されたホールで、由來說明や作品紹介、歌や盆踊りを踊って、七夕の雰囲気を楽しみました。制作にも取り組んでもらい、お父さん、お母さんの願いのこもった可愛い短冊ができました。みんなの願いがかないますように(*^-^*)



水分補給の落とし穴

水分補給はたいせつですが、糖分の多い飲み物は、とりすぎると食欲が落ち、体力低下にもつながります。ジュースはもちろんのこと、スポーツドリンクにも糖分の高いものが、けっこうあります。気をつけましょう。

9月1日は防災の日

非常用品は備えていますか？もしものとき、すぐに取り出せるよう、決まった場所に用意しておきましょう。また、定期的に中身のチェックをし、水や食料品など、期限切れの物が入っていることのないようにしましょう。

令和7年9月の予定

月	火	水	木	金
1	2	3	4	5
8	9 みんなの広場 避難訓練	10	11 みんなの広場 給食試食会 保健師訪問日	12
15 敬老の日	16	17	18	19
22	23 秋分の日	24	25 みんなの広場	26
29	30 みんなの広場			

★斜線（\）日は利用出来ません。★何も書いていない日は全て自由開放日です。※担当が不在の場合もあります

★みんなの広場は、開始時間 10：00 終了時間 11：30 です。 ★自由解放は 10：00～12：00 です。