

保護者各位



ゆかり保育園 子育て支援センター
「ひだまり」

寝るときのエアコン あり？ なし？

暑くて寝苦しい夜。「エアコンつけて寝ると子どもが風邪をひかないか心配…」という方がいらっしゃるかと思います。エアコンは無理せず上手に使いたところ。なぜなら、睡眠不足が危険。熱中症になるリスクが上昇してしまう。また、汗をかいてあせもになるとかゆさで寝つけず余計に睡眠不足になってしまいます。そして、就寝中は水分補給ができず汗もかくため、熱中症の危険があります。ポイントは「冷やし過ぎない」ように設定温度は低くし過ぎず、体に直接風が当たらないように工夫すると良いそうです。夏の夜、快適に寝られるといいですね。

【 7 月の予定 】

火	水	木
	1 自由開放	2 製作(たこさん短冊)
7 自由開放	8 自由開放	9 ふれあい遊び(ペンギンさんになっちゃおう)
14 自由開放	15 自由開放	16 製作(アイスクャンディー)
21 自由開放	22 自由開放	23 海の日でお休み
28 自由開放	29 自由開放	30 発育測定

♪ 簡単なリズム遊び(11:20~11:45頃予定)♪

◇ お天気のよい日は、帽子をかぶってお庭で遊びましょう!

* 水分補給飲料(麦茶)など各自お持ち下さい。

(飲むときは遊具から離れたところをお願いします)

§ 携帯電話のご利用は、ご遠慮ください。

☆ 駐車場では前向き駐車をお願いします。

《支援センター開放》 毎週 火曜日 ~ 木曜日 9時 ~ 14時

《園庭開放》 毎週 火曜日 ~ 木曜日 11時00分 ~ 14時
お弁当持参で遊んでいってください。(ゴミはお持ち帰りください。)

《子育て相談》 電話・面接にて育児相談 (面接は予約)

毎週 火曜日 ~ 木曜日 10時 ~ 15時

《サークル支援》 会場の提供・企画の援助 (親子サークル対象)

毎週 火曜日 ~ 木曜日 9時 ~ 12時

場所: ゆかり保育園 子育て支援センター「ひだまり」

※ 問い合わせ ゆかり保育園 TEL 536-8597