



すくすくだより 6月の地域活動



げつようび	かようび	すいようび	もくようび	きんようび	とようび	にちようび
	1	2 	3 交通安全教室 お巡りさんと一緒に交通安全について学びませんか？ 親子5組 10:30~11:00 5月27日予約開始	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17 ふれあい遊び (zoom) お子様と一緒にふれあい遊びをしませんか？保育士が家でもできるふれあい遊びを教えます。 10:30~11:00 6月1日予約開始 	18 リトミック&虫歯予防(zoom) お子様と一緒にリトミックをした後、虫歯予防について学びませんか？どちらとも専門の先生が教えてくれます。 リトミック 10:00~10:30 歯科指導 10:40~11:10 6月1日予約開始	19	20
21	22	23	24	25	26	
28	29	30				

準備物
・ハンカチ又は
ハンドタオル

ご利用のご案内

〈対象〉
保育園・幼稚園に通っていないお子様
〈予約について〉
予約の受付は土・日祝日を除く平日
10:00~16:00となっています。
沢山のご参加お待ちしております。
〈参加費〉
無料です。
※コロナウィルス対策により、ZOOMで行うものもあります。IDをご一緒に送らせていただきますので、是非ご参加ください。

お問い合わせ
光明第八保育園
住所：八王子市上柚木3-13-2
TEL：042-675-4811
<http://www.koumyou8.net>
担当 臼倉・小野

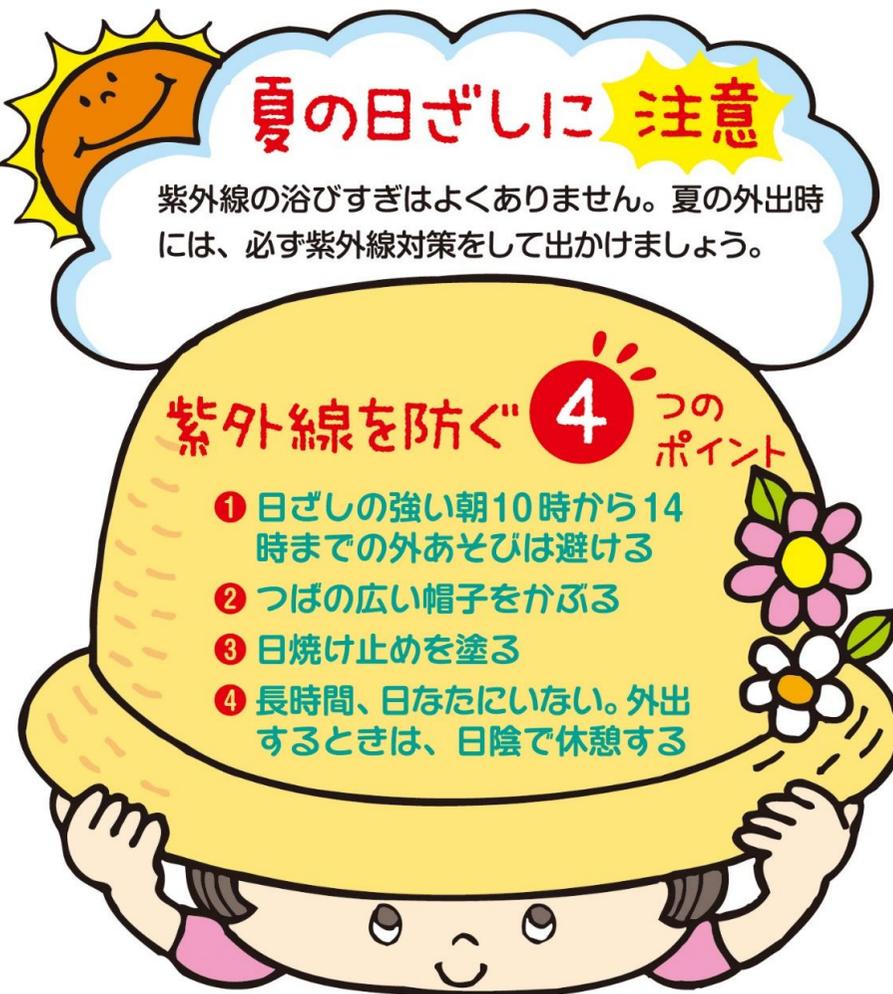
☆光明第八保育園では一斉送信システムを通して保育園行事の案内、保育所体験やすくすく広場のお知らせ等を配信しています。近隣の未就園児の方にも是非ご紹介ください。尚、登録は事務所までお声掛けください。たくさんの登録お待ちしております！！

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。のどが渇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
- 嫌がるときは、無理に飲ませなくて大丈夫。時間をおいてあげましょう



夏の日ざしに注意

紫外線の浴びすぎはよくありません。夏の外出時には、必ず紫外線対策をして出かけましょう。

紫外線を防ぐ4つのポイント

- ① 日ざしの強い朝10時から14時までの外あそびは避ける
- ② つばの広い帽子をかぶる
- ③ 日焼け止めを塗る
- ④ 長時間、日なたにいない。外出するときは、日陰で休憩する

※紫外線が増えるのは5月から9月まで。
しっかり対策をとりましょう!

|