

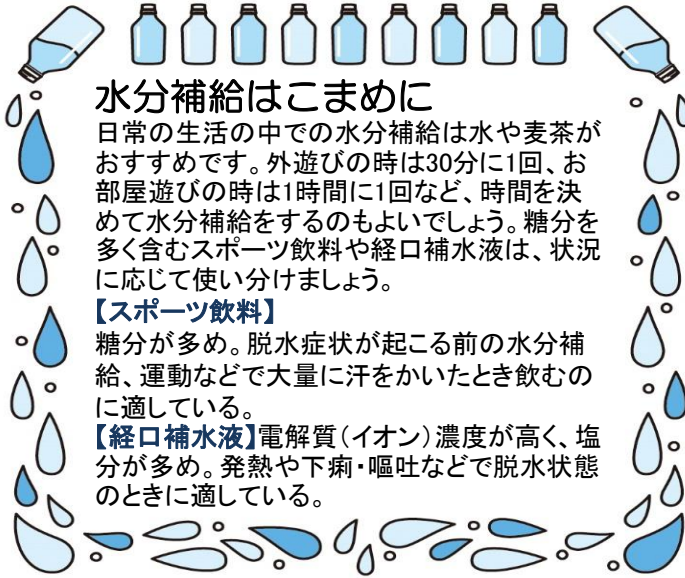


おおきくなーれ



熱中症予防にこまめな水分補給を

ながーい梅雨がが続いていますが、梅雨の間の晴れ間など急に暑い日があったり、体調管理が難しいですね。これから迎える夏本番、部屋の中でも注意が必要なのが熱中症です。熱中症は高温多湿な環境に、身体が適応できないことで生じる様々な症状の総称です。体温調節機能や発汗機能が未熟な乳幼児は特に注意が必要です。「のどが渇いた」と感じた時にはすでに水分不足の状態ですのでこまめな水分補給を心掛けましょう。



水分補給はこまめに

日常生活の中での水分補給は水や麦茶がおすすめです。外遊びの時は30分に1回、お部屋遊びの時は1時間に1回など、時間を決めて水分補給をするのもよいでしょう。糖分を多く含むスポーツ飲料や経口補水液は、状況に応じて使い分けましょう。

【スポーツ飲料】

糖分が多め。脱水症状が起こる前の水分補給、運動などで大量に汗をかいたとき飲むのに適している。

【経口補水液】電解質(イオン)濃度が高く、塩分が多め。発熱や下痢・嘔吐などで脱水状態のときに適している。

収穫物ぞくぞく!!

畑ではじゃが芋、なす、きゅうりにいんげん、ミニトマトが豊作です!



♥ハートのきゅうりが出来ました♥

byたんぼぼ、さくら組

すずらん組

とうもろこしに触れました。皮むきをしたお友達も。



ちゅうりっぷ組

うどん作り

自分たちで、「こねこね、ふみふみ」して生地作りをしました!



こねこね
こねこね

1. 2. 3....
ひとり20回ふみふみ
しました



もちもちしておいしい!



ちゅうりっぷさん達がんばってふみふみした分、コシの強いうどんになりました!

さくら組

パフェ作り

包丁の使い方をひとみ先生に教えてもらい、みかん、パイナップルを自分たちで切りました。



フルーツの上にコーンフレーク、ホイップ、チョコスプレーをトッピング☆



最後の飾りつけは慎重に!



かわいいパフェの完成!



ひまわり組

ポテトチップス作り

畑で育てたじゃが芋を自分たちでスライサーでスライスして給食室でポテトチップスにしました。おやつのお時間においしくいただきました!



結構力があるね



いつも食べてるポテトチップスよりおいしい!



枝豆も味わいました!

枝豆を枝からもぎ取り、洗う作業をしました。園長先生監修のもと、部屋で茹でて、茹でたてを味わいました。



きれいな緑色になった!

見づらくてごめんなさい。ブログではカラーで見られます!!