



土肥こども園 子育て支援センター にこにこ通信8月号 R7年度

にこにこフロア 月～金 9:00～11:30
〒410-3302 伊豆市土肥665-26
TEL:0558-98-0228



キラキラの太陽と青い海が、土肥の夏を彩る毎日です。適度な休息とこまめな水分補給を心掛け、体調を崩さないようにしましょう。皆さんのお越しをお待ちしています。

8月の予定 *今月は担当者不在になりますが、お声掛けいただきご利用ください

月	火	水	木	金
				1 好きな遊びをしよう
4 好きな遊びをしよう	5	6	7	8
11 山の日 好きな遊びをしよう	12 好きな遊びをしよう	13	14	15
18 好きな遊びをしよう	19	20 出前お話し会 10:30～	21 好きな遊びをしよう	22
25 好きな遊びをしよう	26	27	28	29

9月の予定 *予定につき、変更になる場合があります。

月	火	水	木	金
1 好きな遊びをしよう	2	3	4	5
8 好きな遊びをしよう	9	10	11	12
15 敬老の日	16 すずらんの会	17 出前お話し会 10:30～	18 体を動かして遊ぼう	19
22 体を動かして遊ぼう	23 秋分の日	24 体を動かして遊ぼう	25	26
29 体を動かして遊ぼう	30			

～活動の様子～



絵本大好き！



こども園の夏祭りに
参加しました。チョコ
バナナを買ったよ。



夏野菜で体の中から涼しく！

きゅうりやトマト、冬瓜など夏野菜は水分をたっぷり含んでいるので、汗で奪われた水分を補給したり、涼しく過ごせるように体を冷やしたりする作用があります。また、利尿作用のあるカリウムも豊富。暑さでとり過ぎてしまった水分をしっかり排出して、体内の水分量を調節してくれます。

夏野菜を食べて、元気に夏を乗り切りましょう。

