



お知らせとお願い

- 10日(火)はお弁当の日です。お弁当・水筒(マグ等)・スプーンの用意をお願いします。また、お弁当箱やスプーンなどには必ず名前の記名をお願いします。
- 暑い日がまだまだ続くと思いますので、引き続き水筒を持ってきてください。
- プール遊びが終了となり、戸外遊びが始まります。サンダルは脱げやすく危険ですので、サイズの合った靴を履いてきてください。また、帽子は強い日差しや転倒時などに頭を守ってくれます。ゴムのない帽子は脱げやすいので、お手数ですがゴムを縫い付けて頂きたいと思います。
- 汗をかいた時や汚れてしまった時に着替えたり、気温に応じて衣服の調整を行ったりしますので、タンスの中を確認して衣服の補充をお願いします。
肌着、Tシャツ、靴下、ズボン、タオル等、全ての物に記名をお願いします。
- 欠席、遅刻の連絡は、朝9時までをお願いします。お仕事がお休みの場合は、通常時間内(8:30~16:30)での送迎をお願いします。また、緊急連絡先を必ず職員に知らせてください。

9月の予定

- * 2日(月) 防災訓練
- 10日(火) お弁当の日
- 25日(水) 諸経費集金日
- 27日(金) 9月分保育料口座振替日

今月の生活

- つぼみ組
一人ひとりの体調を把握し、生活リズムを大切にしながら機嫌よく過ごせるようにする。
- ちゅうりっぷ組
保育者や友だちと一緒に体を動かして遊ぶ。

うんちは健康のバロメーター

毎日うんちをすることは、とても大切です。排便のリズムは人によって様々ですが、定期的に排便できるように、規則正しい生活を心がけましょう。

【よいうんちを出すために】

- 朝ご飯は、毎日きちんと食べましょう。 • 水分をたくさんとりましょう。
- 野菜で食物繊維をしっかりとりましょう。 • 運動をして、腸の動きを促しましょう。

- **バナナうんち**…黄色かった茶色で、においの少ない健康的なうんち
- **ココロうんち**…水分、野菜不足、運動不足で便秘気味
- **水っぱいうんち**…食べ過ぎ、冷たい物の飲み過ぎ、体調不良

※うんちの色に注意!

赤みの強いうんちや黒みの強いうんちは出血の可能性があります。うんちの色も毎日チェックしましょう。

