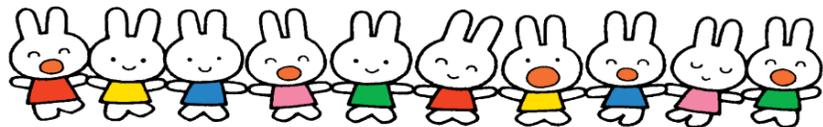


# にこにこだより



2025年8月号

NO.173号

ふじみ野保育園

TEL 049-256-8862



FUJIMINO.H

毎日とても暑いですね。たくさん食べて、たくさん水分も飲んで、たっぷり寝て、暑さに負けず過ごしていきたいですね。にこにこひろばのお部屋には看護師さんが作ってくれた「夏の病気」の資料があります。よかったら参考にしてくださいね！

## 8月の行事予定

今月の目標：熱中症に気を付けて、たくさんあそぼう！

月	火	水	木	金
				1
				AM にこにこ広場 PM にこにこ広場
4	5	6	7	8
AM にこにこ広場 PM にこにこ広場	AM にこにこ広場 PM にこにこ広場	AM 赤ちゃん体操 (ハイハイまで) PM にこにこ広場	AM にこにこ広場 PM にこにこ広場	AM にこにこ広場 PM にこにこ広場
11	12	13	14	15
	電話相談 ～プレイルームは使用できません～		お休み	
18	19	20	21	22
電話相談 ～プレイルームは使用できません～			AM にこにこ広場 PM にこにこ広場	AM おはなし会 (10:30～) PM にこにこ広場
25	26	27	28	29
AM にこにこ広場 PM にこにこ広場	AM にこにこ広場 PM にこにこ広場	AM リズム・誕生会 (ハイハイ～) PM にこにこ広場	AM にこにこ広場 PM 電話相談	AM 身体測定 PM 電話相談

- ・支援センターでは、お子さんから目を離さず、一緒に遊んであげてください。
- ・スマートフォンやカメラでの撮影はご遠慮下さい。
- ・おもちゃは大切に使って下さい。
- ・水分補給はこまめにしましょう。

- ・**にこにこ広場** は、どの月齢のお子さんが来ても大丈夫です。予約も要りません。
- ・☎マークの活動は事前に直接予約をお願いします。



## 水分補給の大切さについて

- ◎ 水・お茶 糖分が含まれておらず、お茶にはミネラルがたくさん含まれているのでオススメ。水分補給の観点から考えると、麦茶はノンカフェインなのでよりオススメです。
- △ スポーツドリンク 糖質が高いため摂りすぎには注意が必要です。たくさん汗をかいた時は、水で2倍に薄めるのが良いと言われています。薄めることによって、糖分を取りすぎることなく水分と塩分が上手に補給できます。
- × 牛乳・ジュース カロリーが高い為、日常的な水分補給には適していません。牛乳は消化吸収に時間がかかり胃腸の負担になり、ジュースはビタミンが不足し夏バテが 起こりやすくなります。



こまめな水分補給を心がけましょうね！



8月のにこにこ広場は、プールはおしまいになりますが、まだまだ暑い日は続くので、プレイルームでもできる涼しいあそびをして楽しみたいな、と考えています！

よかったら遊びにきてくださいね。  
(あそびによっては濡れることもあるかもしれません…!着替えを持ってきていただけるとありがたいです!)



## にこにこ広場の活動内容と利用方法

場所： 交流センタープレイルーム

日程： 月～金（土日祝日、交流センター休館日はお休みになります）

時間： 10:00～12:00 / 13:00～16:00

持ち物： 着替え・タオル・飲み物など

（室内は飲食禁止です。（お茶・お水等の水分補給はできます））

利用登録：利用初日に登録をお願いします。

年間子ども1人200円の登録料がかかります。※年度毎の登録になります。

※不明な点等ございましたらふじみ野  
保育園までお問合せ下さい。  
ふじみ野交流センターへの問い合わせは  
ご遠慮下さい。

## お知らせ

- ★お誕生日のお子さんにはカードをプレゼントしていますので、お気軽にお声かけ下さい。
- ★電話相談も随時、実施しています。ぜひ、ご利用ください。
- ★お散歩は現地集合・現地解散です。10時頃には現地にいますので直接現地まで来てください。  
場所が分からない方は担任まで声をかけてください。
- ★リズムは交流センター3階ホールで行います。くつ袋を持参の上、動きやすい服で来てください。
- ★身体測定は看護師が測定します。（10時～11時15分まで）小さい子はバスタオルをお持ちください。
- ★赤ちゃん体操はお子さんを寝かせて行いますので、バスタオルをお持ちください。