



蒸し暑い日が続いていますが、7月は雨雲からお日様に季節の主役が交代していきます。子ども達は時折見せる晴れ間に大喜びで、園庭遊びを思いっきり楽しんでます。

七夕、お泊り保育、夏祭りごっこ、ねぶたごっこ、子ども達が心待ちにしているイベントがいっぱいの7月ですが、体調を崩しやすい時期でもありますので、子ども達の体調管理に十分配慮しながら過ごし、楽しい思い出をたくさん作っていきたいと思います。

〒036-1341 弘前市宮地字川添 108-4
 TEL:0172-82-3030 FAX:0172-88-6036
 HP <http://www.makotokai.jp> E-mail gakuho@minos.ocn.ne.jp



7月行事予定

1	木		17	土	
2	金		18	日	
3	土		19	月	食育集会・園内研修
4	日		20	火	避難訓練(火災)・月刊絵本持ち帰り
5	月		21	水	誕生会・職員会議
6	火	七夕集会	22	木	海の日
7	水	英語教室(ぞう組)9:00~	23	金	スポーツの日
8	木	スイミング(写真撮影)	24	土	
9	金	かがくタイム(ぞう組)10:00~	25	日	
10	土	お泊り保育(ぞう組)	26	月	
11	日	↓ 白神山地ビジターセンター見学	27	火	夏祭りごっこ
12	月		28	水	
13	火	体操教室(ぞう組)9:30~	29	木	スイミング
14	水		30	金	ねぶたごっこ
15	木	スイミング	31	土	布団持ち帰り
16	金				



おひらき

◎27日(火) 夏祭りごっこ
 ＊金魚すくい、輪投げ、おめんなど…
 ＊園内で夏祭り気分を味わいたと思います。

◎30日(金) ねぶたごっこ 10:30 園庭
 ＊ぱんだ組の太鼓に合わせて、全園児でねぶたごっこを楽しみたいと思います。(ぱんだ組の保護者の方で、都合のつく方はおいでください。新型コロナウイルス感染拡大防止のため、観覧はぱんだ組保護者のみとさせていただきます。当日は検温後おいでください。)＊
 ＊雨天の場合は、園内で太鼓披露だけを行います。

8月の行事予定

24日(火)誕生会
 25日(水)運動会総練習

★新しいお友達★

りす組 1名
 こあら組 1名
 きりん組 1名

入園おめでとうございます

ほけんだより 「肥満のおはなし」

成長のためにしっかり食べる事はとても大切ですが、最近では子どもの肥満も問題になっています。食べすぎと運動不足が大きな原因で、日々の生活と食習慣が影響を与えています。肥満防止のポイントは(1)しっかり朝食を食べる(2)早寝・早起きの規則正しい生活をする(3)野菜をたっぷり食べる(4)おやつは時間と量を決めて食べる(5)体を動かす遊びをする。これらに気をつけながら、成長に必要な栄養をとるようにしましょう。

子どもの肥満の70%は成人肥満になると言われています。最近では動物性脂肪の多い食事やコンビニでいつもお菓子やジュースが買える環境も原因の一つです。食事の時間以外の間食は控え、適度な運動も行いましょう。