



令和3年度アソカ学園 園だより8月号



8月の予定

日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5 お誕生日集会	6	7
8 山の日	9 振替休日	10 お盆休み	11 お盆休み	12 アソカ諸費用 8月分引落とし	13 お盆休み	14 お盆休み
15	16	17	18	19 避難訓練	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				

9月の予定

9月13日(月)アソカ諸費用9月分引落し

※お盆休み→8月10日(火)~14日(土) ★8月16日(月)より通常保育となります。

★9月11日(土)年長遠足

★10月3日(日)アソカオリンピック。10月4日(月)代休になります。

※雨天の場合は、10月10日(日)に延期となります。

※コロナの状況を見て変更することもあります。

☆ 年長 おひさま ゆめ だより ☆

暑い日が続いて子ども達も少々のバテ気味です。
みなさんは、どうですか？

朝の涼しい時間に外に出て活動しています。

ドッジボール・セミソリ・鬼ゴッコ・水遊び

1. 2. 3. 4. 5. 6. 7. 8. 9. 10

年長で数字に興味を持ってもらう取り組みをしています。

数字の歌を歌って見て覚える。プリントを解いて書いて覚える。

子ども達にも楽しく覚えてたかと思っておりますので、お家の方でもチャレンジしてみてくださいね。



年中 だより



ほしぐみ
よねちゃん

ようやく長い梅雨も明け、いよいよ本格的な夏がやってきました。

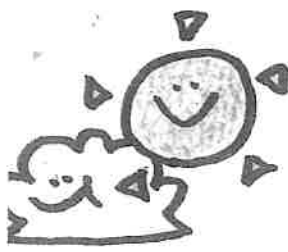
最近では気温が高くなかなか長い時間、外で遊ぶことは出来ませんが比較的涼しい時間帯を使って園庭で子ども達と色々なゲーム遊びを學んでいます。最近では園庭でひと汗かいてからプールに入るようにしています。今後暑さ対策をしっかりしながら子ども達と色々な活動をしたいと思っております。

プールあそび

子ども達の夏の楽しみの中でもプール遊びがアツカでもスタートしました。

子ども達はプールに入るのをいつも楽しみにしていて、毎日のように「プールある!？」
「プールまだ?」と言うくらいプールの時間を心待ちにしています。プールでは水の中にもぐったり、水中を泳いだり、友だちと水のかけ合いをしたりして、プールをすくすく満喫しています。今後プール水あそびを楽しみながら暑い夏を乗り切りたいと思っております。





ももきんだより



きんたろう ももちゃん

梅雨が終わり、本格的な暑い夏がやってきました!! そんな中でも、子どもたちは元気い、ばい! どろんこ祭りや泥だらけになって遊んだり、園庭でセミを捕まえてたりして楽しんでます♡ そして、そして... 夏といえは"お楽しみ"の☆

水あそび・プールが始まりました~

お気に入りの水着に着替えて、プールへGO! 大きいプールで泳いだり、水鉄砲で撃ち合いをしたり... 大人も子どもも夢中で楽しんでます♪
暑い夏、冷たいプールで乗りこえるぞ~!!

い、ばい遊んで、い、ばい食べて、い、ばい寝て
この夏を通して、たくましく成長していく
子どもたちが楽しみですよ☆



いちご・みかんNews

ついに夏本番となりました!! 園庭ではセミの音が朝から、聞こえてきます♡ いちご・みかんちゃんは大きなセミに少し怖がりながらも興味津々です♡♡ ---♡♡ ---♡♡ ---♡♡



大きなプールや水あそびが大盛り上がり🐟🐟
水が怖い子も少しずつ慣れてきました😊

プールの中に入る事を怖がっていた子や、お顔に水が当たるのが嫌だった子も水あそびを重ねるうちに、Happy Smileが溢れてきました-♡♡
毎日、水のかけあい、こが大盛り上がり🐰*

♪「夏のいりとりうた」を最近、歌いはじめました🎵

まあちゃん♡

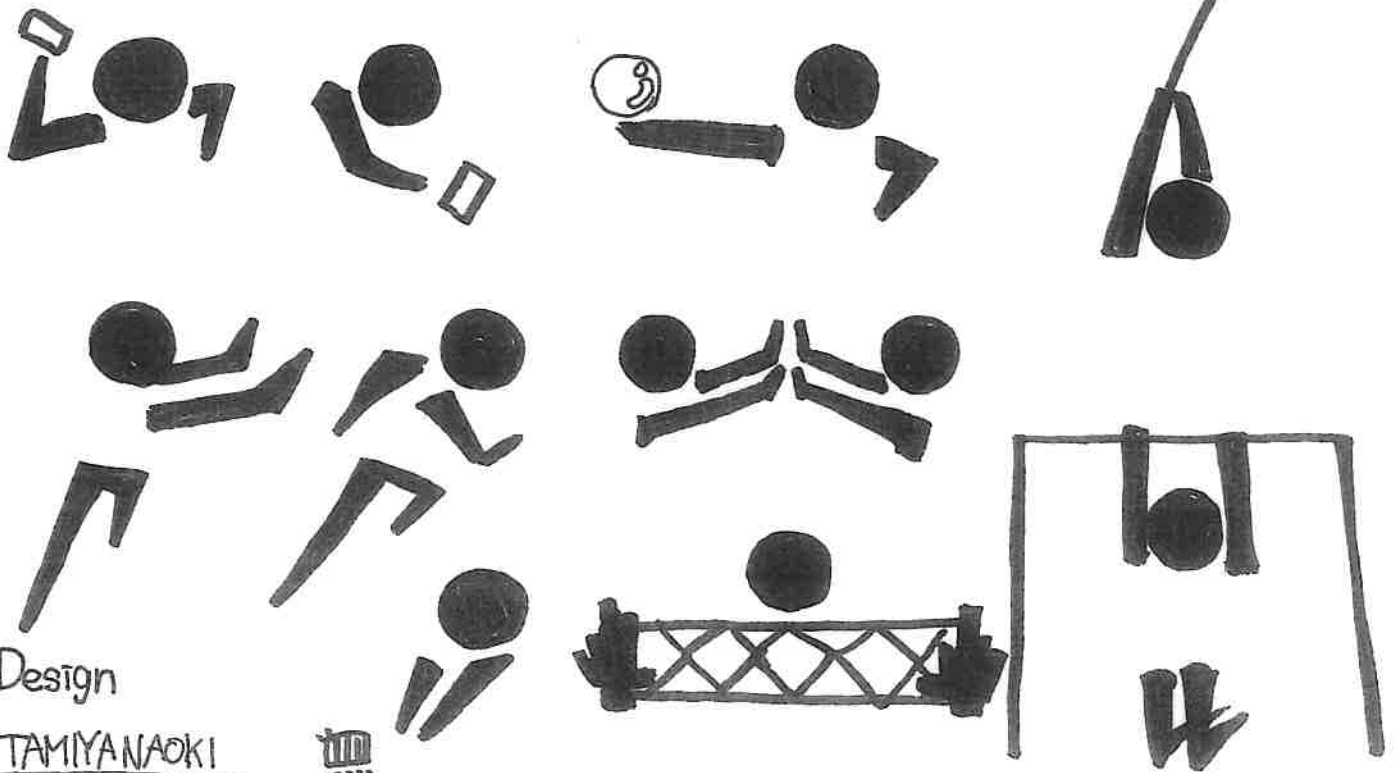
りんご^{II} News ♡ ねまちゃん[☺]

毎日毎日、暑い日が続いていますね。でも暑さにも負けず、りんごぐみの子どもたちは、た〜くさん!! 走って、「まてまて〜」「い〜や〜よ〜」と追いかけてこまをけり、プールあそびでは、手や足をバシャバシャ♪ 水あそびもへっちゃらな、りんごぐみの子ども達の姿はとっても♡ 送く思い、とても楽しい時間です♡

もっとも〜っと夏を楽しむぞ♡



アツカ ピクトグラム



Design
TAMIYANAOKI



※中はアレルギー対応品です。

Table with columns: 日(日), 献立, 食材, 卵のおやつ, 3時のおやつ. Rows include dates from 2日 (月) to 31日 (火) with detailed menu items and ingredients.

※朝のおやつは1才の提供です。
※天候、行事、その他の理由により、変更することがあります。

今回は、【ストレスがあるとき】の食事についてお話しします。
子ども大人と同じようにイライラしたりストレスを感じたりすることはあります。
カルシウムやマグネシウムには骨や歯の形成する働き以外にも、神経の興奮を抑えたり、精神を安定させる作用があり、不足するとイライラやストレスを感じやすくなります。
カルシウムは牛乳や乳製品、小魚に、マグネシウムはナッツや海藻類などに含まれています。
大豆製品には、どちらもバランスよく含まれます。
さらに、副腎からは身体をストレスに反応させるホルモンが分泌されています。その材料となっているのがビタミンCです。
不足するとストレスに抵抗できず情緒不安定に陥りますのでビタミンCと一緒に摂取しましょう！

●ビタミンCに対抗
ストレスに対抗するホルモンの材料になるのがビタミンC。柑橘類やいちご、ピーマンなどに多く含まれます。



●マグネシウムも併せて
カルシウムだけを多くとるのはNG。マグネシウムも併せて摂取することでカルシウムがより吸収されます。

