

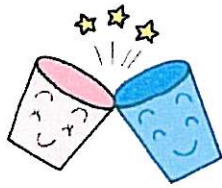
# 給食からのおたより



6月号 面川報徳保育園

色とりどりのあじさいの花が美しく映える季節になりました。梅雨にも入ります。蒸し暑い日が続くと、子どもたちの食欲がおとろえがちです。体調を崩さないよう、ご家庭でも食事とおやつ、それに水分の補給に十分気をつけて下さい。

## 水分補給の大切さ・・・ほっと一息タイム



子どもは大人より、水分をたくさんとらなければなりません。特に発汗の激しい夏や、入浴、運動の後（遊んだ後）、また下痢した時には水分が不足しないように注意します。ただし、果汁や乳酸飲料などはおやつ時間に与え、他の時は、水、番茶、麦茶など、甘味のないものにしましょう。

保育園では一年中、給食室前に麦茶ポットを用意しています。幼児期から水分補給を認識できることを目的としています。（のどがかわいたということを感じられるように）

また、園生活でのほっと一息タイムの間でもあります。麦茶を飲みながらどんな話をしているのかな？



5月19日の山登りのときのお弁当です。



## 今月の目標

よくかんでたべましょう

## 今月の行事



9日(土) クッキング教室

子育て支援のおたよりをよくご覧ください

15日(金) 6月のお誕生会

お弁当包みにはしだけを包んで持たせてください

19日(火) 旧端午の節句

ちまき作りをしてお祝いします