

＊＊2024年度 めめぎすくすくだより＊＊



残暑はまだ厳しいですが、トンボやコオロギなどが出てきて、少しずつ季節が秋に近づいています。散歩などで自然と触れ合う機会が多くなる時期ですが、植物によるかぶれやアレルギーなどの危険もあります。散歩に行く時は、長袖・長ズボンの着用など、様子を見ながら予防策を考えていきましょう。

日	月	火	水	木	金	土
1	2 ひろば開放	3	4	5 ＊4園交流活動＊ タッチングアロマ 於：こうがやま児童館	6	7
8	9 ひろば開放	10	11 ひろば開放	12	13 ひろば開放	14
15	16 敬老の日 	17 十五夜 	18 ひろば開放	19	20	21
22 秋分の日 	23 振替休日 	24	25 ひろば開放	26	27 ひろば開放 身体測定 	28
29	30	＊4園交流活動＊ 『タッチングアロマ』香りの力で心と体の健康を！ 日時：9月5日(木) 9時30分～ 場所：こうがやま児童館(丹波市氷上町成松217) ※詳細・申し込みは子育て支援員までお願いします。				

＊ひろばや活動会場においての怪我や事故は保護者の責任になります。登録時の確認事項をきちんと守って、お互いに気持ちよく、親子で楽しいひとときを過ごしましょう！



認定こども園めめぎ すくすくひろば
0795-82-4734



＜お知らせとお願い＞

- ◎開放日：概ね、水・金曜日
(ただし、園の都合により変更有)
- ◎開放時間：9時30分～11時15分の間
- ◎持ち物：お茶、オムツなど
(水遊び遊びが出来そうな日は、着替えを持ってきてください。9/13まで)
- ◎申込み：イベントなどは事前申し込みが要ります。
- ◎子育て相談：随時受け付けております。要望やご不明な点がありましたら、お気軽にご相談ください。

★駐車場は沼貫交流館駐車場をご利用ください。
(奥から詰めて停めてください。)

《感染予防対策にご協力ください》

- ★自宅で検温をしてからお越しください。
- ★玄関に置いてある消毒をしてから、園内にお入りください。
- ★マスクの着用は個人の判断に委ねます。



暑い夜も快適な睡眠を！

暑さで体力を消耗した体は、しっかり休めないと体調を崩してしまいます。たっぷり睡眠をとって、元気に過ごしましょう！

快眠のためのヒント

- 入浴して汗を流し、肌をさっぱりさせてから寝ましょう。



- クーラーや扇風機は、風が直接体に当たらないようにしましょう。

- 寝冷えをしないように、おなかにタオルケットなどをかけましょう。



- 汗を吸いやすいパジャマを着る。

