



# おひさま通信



平成 29 年 9 月 発行 しつあいじえん

子育てハッピーメッセージ

## 「よく〇〇しているね」 「よく〇〇したね」

という肯定的な言葉をかけていきましょう。

あいじえんに遊びにきませんか？お待ちしております！！

9 がつ 10 にち(にちようび) うんどうかい

8：30～ オープニング(わだいこ)

場所：出津愛児園運動場

(雨天時：外海黒崎小学校体育館)

## お役立ち！子育て情報



### 汗をかこう！

汗をかくことは、元気な体づくりにつながります。人の体は汗をかくことで体温や水分量を調節し、新陳代謝も活発になるからです。その他、体内の疲労物質を排出したり、自律神経のバランスを整える役割も果たしています。

汗をかいた後は…  
子どもは大人よりもたくさんの汗をかきます。皮膚の抵抗力も弱いので、あせもができやすくなります。こまめに汗を拭き、衣服を取り替えましょう。水分補給も忘れずに行いましょう。



社会福祉法人聖ヨハネ会 **出津愛児園**

〒851-2322 長崎市西出津町 2151

TEL0959-25-0067 fax0959-25-0420

HP <http://www.shituaijien.net/>

