



おやつ作り体験 7月15日・24日・27日



8月の行事予定

- 3日 おやつ作り体験
- 4日 郷土メニュー（山梨県）
- 12日 おやつ作り体験
- 18日 お誕生日会
- 20日 おやつ作り体験
- 23日 園内夏祭り
- 26日 リクエストメニュー



熱中症クイズ

（知っているようで知らない？熱中症クイズで知識を深めよう！）

- 問1 太陽の光が入らない室内でも、暑さと湿度で熱中症になる？
- 問2 水分をとるときには、水よりもお茶やコーヒーの方が良い？
- 問3 熱中症になってしまったらできるだけ風を体に当てる方がよい？



行事食 7月7日・8日・21日

七夕メニュー



土用の丑の日メニュー



・星の形がかわいい
・食べるのが勿体ない
・ウナギが柔らかくておいしかった 等
今月も行事食を皆さんに楽しんで頂けました。



熱中症クイズ（答え&解説）

（知っているようで知らない？熱中症クイズで知識を深めよう！）

- 問1○ たとえ室内でも、気温が高く風通しの悪い部屋にいる場合、熱中症になることがある為、注意が必要。
- 問2× 水分をとる場合はできるだけ「水」を飲むようにしましょう。また、「のどが渴いた」と感じる前にこまめに水を飲む事も大切！（塩分や糖分をバランスよく含むスポーツドリンクだと◎）
- 問3○ 熱中症になってしまったらすぐに日陰や涼しい部屋へ移動し、ゆっくり休むことが大切です。体にたまった熱を逃がすために、うちわや扇風機を使用し、体に風を当てるようにしましょう。

水分をこまめにとり、エアコンや扇風機を上手に使うって暑い夏を乗り切りましょう。