

6月11日（金） さくら

最近は暑さを一層感じる日が続いていますね。

しかし、遊びに夢中になるとついつい水分補給を後回しにしたくなる人も…。

そこで、今朝のミーティングでは「水分補給」について話し合ってみました。



「どうして喉が渴くのかな？」

「マラソンするから！」 「太陽が出ているから！」

色々な意見が挙がっていましたよ。

また、私たちの体が多くの水分でできていることを伝えると「えー！」と驚きの声。

一度に沢山飲まずに、こまめに飲むと良いことも話しました。今後も様子を見ながら、こどもたちも意識できるように声を掛けていきたいと思います。



お散歩に行った多摩川ではバッタに捕まえたご飯をあげようと、葉っぱを取ってきてはバッタのお口へ運んであげる姿もありました。喜んでいると良いですね。



沢山遊んだ後はミストで水浴び！

自らかかりに行ったり顔を背けながら近づいたり離れたり…。

この季節だからこそその気持ち良さ。暑さと上手に付き合っていきたいですね。

