



La Familia

2021.7

いよいよ暑いアツい夏休み到来です!! 楽しいこと盛りだくさん!!
体調に気を付けてたくさんの思い出を作りたいと思います!



「海は友達! 海遊び!」

海へ行き大はしゃぎ☆

砂浜を走ったり、ぷかぷか泳いで
みたり楽しかったです!



わくわく探検隊「ザリガニ釣り」
天気にも恵まれウキウキのザリガニ釣り!
みんなで頑張って
ザリガニをたくさん釣りました☆



7月生まれのお誕生日会
みんなお誕生日おめでとう🎂

みちよぱのつぶやき

「マスク着用」「運動不足」
熱中症リスクが例年に増している
今年の夏。

そこで最適なのが、おやつでも飲んでいる
“お味噌汁”です。

味噌&汁物なので、熱中症予防に
重要な塩分と水分を同時に摂取できます。
味噌のほか、豆腐や油揚げ等の具材からも
タンパク質の補給ができ、
暑さによる体力低下も改善できます。
夏こそ“お味噌汁”を上手に取り入れ
今年の夏を乗り切りましょう!



お誕生日会に参加した子のみ掲載いたしました。

