

8月 ねんしょうだより



岐阜市大門町1番地

聖徳保育園

青空に立ち上る入道雲。太陽に向かって咲くひまわり。これからますます暑くなり、夏本番！夏の自然にいっぱい触れ、元気いっぱいあそんでいる子どもたちです。しかし、気温が高くなってくると食欲が落ちたり、睡眠が十分にとれなかったり、体調を崩しやすくなります。休息を十分にとり、汗をかいたらこまめに拭くなどして健康管理に十分留意し、子どもたちが健康で心地よく過ごせるようにしていきたいと思います。

ねらい

☆一人一人の健康・情緒面には十分留意し、快適に生活や遊びができるようにする
☆夏の生活の仕方がわかり、衣類の着脱など身の回りのことを自分でしようとする
☆異年齢児との関りを持ちながら、夏ならではの遊びを十分楽しむ

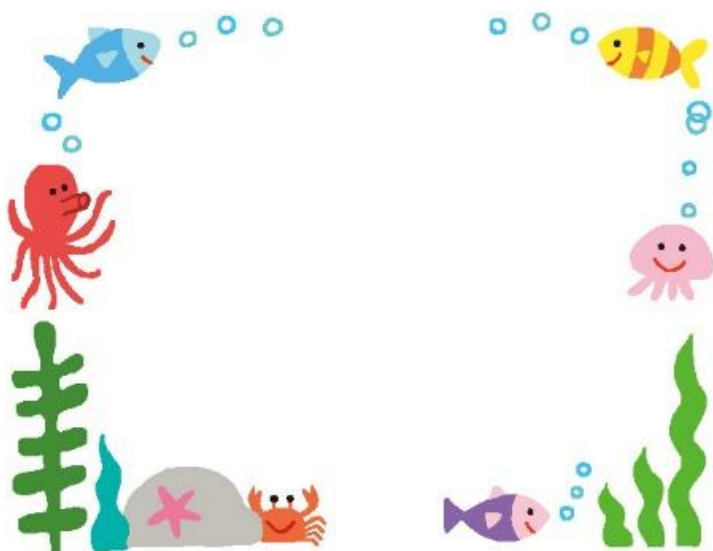


今月の予定



- 1日（金） 誕生児写真撮影
- 2日（土） 園内外消毒
- 5日（火） すくすく親子教室
- 9日（土） 園内外消毒
- 11日（月） 山の日
- 12日（火） お盆、通園バス運休（～15日）
- 16日（土） 園内外消毒

- 19日（火） すくすく親子教室
- 22日（金） 誕生会
- 23日（土） 園内外消毒
- 26日（火） すくすく親子教室
- 27日（水） 避難訓練
- 30日（土） 園内外消毒



鼻の日

8月7日は8（は）7（な）にちなんで「鼻の日」です。鼻の病気について知識を深めましょう。鼻が詰まったり鼻水が出続けたりすると、中耳炎や咽喉頭、肺などが病気になり生活にも影響が出ます。

鼻は、匂いを嗅いだりウイルスの侵入を防いだりするなど大事な器官です。気になる症状があれば早めに受診しましょう。

☀ 熱中症に注意！ ☀

急に気温があがった日などは、熱中症が起こりやすいです。戸外に出るときは帽子をかぶる、薄い長そでをはおる、日陰で遊ぶ、こまめに水分補給をする、涼しい時間に外出するなど、日ごろから予防を心がけるようにしましょう。

◎もし、熱中症になったら…◎

- ・涼しい場所に移動し、服をゆるめて体を冷やす
- ・水分・塩分補給をする。経口補水液やスポーツドリンクを一口ずつ飲ませる
- ・ぬれタオルで、首・わきの下・足のつけ根を冷やす



すごいぞ！トマト

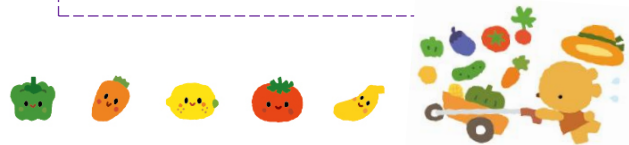


太陽の光をたっぷり浴びた夏のトマトは栄養満点。トマトの赤はリコピンという成分で、有害な活性酸素の働きを抑える強い抗酸化作用があり、がんや老化を予防すると言われています。また、トマトは加熱すると甘みやうまみが増すだけでなく、食べるとリコピンの吸収率も3～4倍になるようです。ぜひ献立に取り入れてみてくださいね。



食欲を促す食卓の一工夫

暑い日が続くと、子どもたちの食欲がなくなってしまう心配ですね。そんなとき、麺類はのどごしよく食べられる一品です。麺の上に載せる具は、炭水化物の吸収を高めるビタミンB1、B2を含む豚肉や卵、葉物野菜がオススメです。型抜きをしたにんじんや星形をした断面がかわいらしいオクラを飾ったりしても、彩がよく食欲も増します。お子さんと一緒に作るのも楽しいですね。



あせもの予防

あせものは首・わきの下・ひじやひざの裏などによく見られます。ほこりやあかで汗の出口がふさがり、表面にうまく汗が出なくなることで起こります。汗をかいた後は、シャワーをしたりタオルでふいたりしてから、汗を吸収しやすい綿の服に着替えるなどして清潔を保つように心がけましょう。

必要な力は遊びの中で育つ

子どもたちにとって大切なことは大人から教えられることではなく、自ら環境にかかわり感動や好奇心に動かされ、分からないことをやってみようとすることです。子どもたちは夢中になって遊ぶ中で“おもしろい”“なんで？”“わかった”“もう1回やってみよう”など意欲的に物事を考え、こうした子どもの意欲を引き出す遊びの中で豊かな学びが育まれています。

子どもの姿

子どもたちは、暑い日差しを受けながら元気に遊んでいます。プール遊びでは、友だちとワニ歩きをしたり、ばた足でたくさんの水しぶきをあげたり、水鉄砲で水をかけ合い、大笑いして楽しんでいます。まだ、水が顔にかかることが苦手な子もありますが、徐々に慣れてくれるといいなと思っています。夏ならではの遊びを十分楽しんだあとは室内に戻り、手洗い・うがい・消毒を丁寧に行い、水分補給！その後絵本を読んだり、保育士が演じる紙芝居や手遊びを楽しみ休息の時間をとっています。