

7月 ねんしょうだより



岐阜市大門町1番地 **聖徳保育園**

雨が続いてお日様の光を浴びたいなと思っていると、これからは痛いほどの日差しの日々がやってきます。気温と湿度が高く、熱中症が心配な季節但也有りますが、園では涼しい場所で休息をとりながら水分を補給するよう心がけ、夏の過ごし方を工夫しています。いよいよ楽しみなプールあそびが始まります。蒸し暑い日が続いていますが、汗をかくのも夏だからこそ！暑さに負けず元気いっぱい遊びます。



☆夏期の保健衛生に留意し、夏の生活の仕方を知らせる

☆持ち物の始末や衣服の着脱など、自分でできることは、自分でしようとする

☆夏の野菜や草花に興味・関心をもつ



今月の予定



- 1日(水) 七夕笹飾り
プール開き
- 4日(土) 園内外消毒
- 6日(月) 発育測定
誕生児写真撮影
- 7日(火) 七夕
すくすく親子教室
- 8日(水) 交通安全教室
- 11日(土) 園内外消毒

- 14日(火) すくすく親子教室
- 17日(金) 避難訓練
- 18日(土) 園内外消毒
- 20日(月) 海の日
- 21日(火) すくすく親子教室
- 23日(木) 済美高校生実習(～29日)
- 25日(土) 夏まつり
- 27日(月) 誕生会
- 29日(水) 本堂参拝



★ 七夕 ★

♪ ささのはさらさら のきばにゆれる
お星さまきらきら きんぎんすなご
ごしきのたんざく わたしがかいた
お星さまきらきら 空からみてる

七夕の飾りには、五色の短冊に願い事を書いて飾ると願い事が叶うと言い伝えられています。保育園でも子どもたちが短冊に書いたり、七夕飾りを作ったりして笹に飾ります。みんなの願い事はなんでしょう。



熱中症を防ぎましょう

暑い夏がやってきました。梅雨明け直後には暑い日が続くので、熱中症には注意が必要です。水分補給や体調管理に気を付けながら、暑さに負けないよう体力づくりをしていきましょう。水分のタイミングは、就寝前、起床時、入浴やプールの直後など、汗をかく前と後が良いですね。量は一度にたくさん飲まず、コップ1杯程度こまめにとるのがいちばんです。

プールが始まります



水しぶきが光り、子どもたちの歓声が響きわたることでしょう。水と仲良しになるこの季節、子どもたちに水と触れ合う心地よさを十分に味わってほしいと願っています。持ち帰る洗濯物が少し増えますが、よろしく願います。また、水いぼ、とびひ、目の疾患など感染する病気にかかっている時には、水あそびができない時があります。医師の指示を受けて、園にも必ず連絡ください。



・・子どもの姿・・

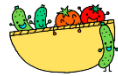


晴れた日は戸外でいっぱい体を動かして遊び雨の日は室内でブロック遊びや、ままごとあそびなどをして遊んでいます。給食後には、歯磨きが始まり、お気に入りの歯ブラシで鏡を見ながら、ニコニコ磨いています。お昼寝時の着替えも、始めは「できない」と言っていた子も、友だちが着替えているのを見て、「自分でやってみる」と頑張ろうとする姿も見られます。友だちと一緒にやると楽しい気持ち持力が力になっています。

牛乳で骨密度アップ



3～5歳のときに、乳製品をしっかり摂った子どもは、15～17歳時、骨密度が高いことが研究で分かっています。牛乳は優れた栄養源ですが、味が苦な子や、お腹の調子が悪くなるという子は、ヨーグルトなど別の乳製品を摂ればOK！魚や小松菜などの食材からカルシウムを補う方法もあります。



衣服の着替え



6月から午睡が始まり、子どもたちもお気に入りのパジャマを喜んで着ています。着替えの際、自分で脱いだ服をたたんだり、「こっちであってる？」と聞いてきます。衣服の前後、裏表があることを意識ができるよい機会です。「どっちが前かな？」「腕はどこから出すのかな？」など、など、言葉をかけたりさりげなく手伝いながら、だんだんと自立していけるといいですね。これからプールあそびも始まりますので着脱を頑張れるといいですね。

夏にかかりやすい病気に要注意

夏風邪の代表でもあるエンテロウイルスやアデノウイルスなどは高温多湿を好みます。そして、感染すると下痢や腹痛、激しい咳などの症状がみられます。他にも「ヘルパンギーナ」「手足口病」「咽頭結膜熱」などがかかりやすい病気です。手洗いやうがいをし、しっかりと食事をする、身体は冷やしすぎない、早寝早起きを心がけるなど、身体の免疫力を高めて予防していきましょう。

子どもの水分補給



人間は暑くなりすぎると、汗をかくことで体を冷やし、体温を一定に保っています。子どもは活動量が多くて体温が上がりやすく、体に必要な水分量も大人より多いけれど、汗をかく機能は未成熟。こまめに水分を摂取する必要があります。水あそびの前後も忘れずに、のどが乾く前に必ず水分補給をしましょう。