

# 7月 はとぐみだより



## 岐阜市大門町1番地 聖徳保育園

梅雨はもう少し続くようですが、時折顔を見せるお日様が夏の訪れを感じさせます。蒸し暑い日は、子どもたちは疲れやすくなり、睡眠不足や食欲不振がすぐに体調に響いてしまいます。夏本番に備えて、こまめに水分補給・休息を取り入れながら、体調管理を行い季節ならではのあそびを子どもたちが十分楽しめるようにしていきたいと思えます。



☆体調を崩しやすい時期なので、一人一人の健康状態に留意し、涼しく快適に過ごせるようにする

☆保育士や友だちと水あそび、砂あそびなど心地よい感触を楽しむ

### 今月の予定

1日(水)	七夕笹飾り プール開き	14日(火)	すくすく親子教室
3日(金)	発育測定	17日(金)	避難訓練
4日(土)	園内外消毒	18日(土)	園内外消毒
6日(月)	誕生児写真撮影	20日(月)	海の日
7日(火)	すくすく親子教室 七夕	21日(火)	すくすく親子教室
8日(水)	交通安全教室	23日(木)	済美高校生実習(～29日)
11日(土)	園内外消毒	25日(土)	夏まつり
		27日(月)	誕生会



### 夏の午睡

乳幼児期は、体の発達の過程で汗腺がつくられます。汗をかくことは大切なことで、それによって体温を調節する機能が発達します。蒸し暑い日が続くと、食欲が落ちたり、睡眠がとりにくかったりすることがあります。クーラーの風が子どもに直接当たらないようにする、眠ったら消すといった工夫も必要です。大人が「涼しい」と感じているとき、子どもは冷えすぎている場合もあるので注意しましょう。



短冊に願いを込めて



天の川やちょうちんなど、色とりどりの七夕飾り。はとぐみも短冊にクレパスやシールであそびました。昔は機織りが上手な織り姫にちなんで、手習い事の上達を願う風習があったそうですよ。みんなの願い事は何でしょう。短冊は笹に飾って、玄関に立ててあります。登降園時など、ぜひ、お子さんの短冊を探してみてくださいね。

## 夏にかかりやすい病気！！

### ※プール熱(咽頭結膜炎)

アデノウイルスによって起こり潜伏期間7日くらい。  
○発熱、のどの痛み、目に充血が見られプールを介して移ることが多い病気です。

### ※手足口病

コクサッキーA群ウイルスに起こり、潜伏期間3～6日。  
○手のひら、足の裏、口の中あるいは膝やお尻などに、小さな水疱や赤い発疹ができます。水疱は一週間ほどで消えます。  
○口の中に痛みがあり食事が取りにくくなるので、酸味のある食べ物は避けます。口当たりがよく少量でカロリーのある食べ物とともに水分をこまめにあげるとよいでしょう。

### 夏野菜をたべよう

暑い日の食事は、ソーメンや冷たいソバなど調理が簡単で食べやすい物に頼りがちですが、栄養バランスを考えないと夏バテになってしまいます。トマト、ピーマン、カボチャ、キュウリ、ゴーヤ、オクラなど、栄養価の高い旬の野菜を食べて、健康に夏を乗りきるようにしましょう。



### 夏は便秘になりやすい？

大量に汗をかく夏場は、体内の水分量が不足しがちで、便秘になりやすい時季。便が固いと、きばるときに痛がったり、おなかが張って機嫌が悪くなったりして大変ですね。園では子どものおなかを「の」の字を描くようにさすったり、こまめな水分補給も欠かさないようにしたりしています。



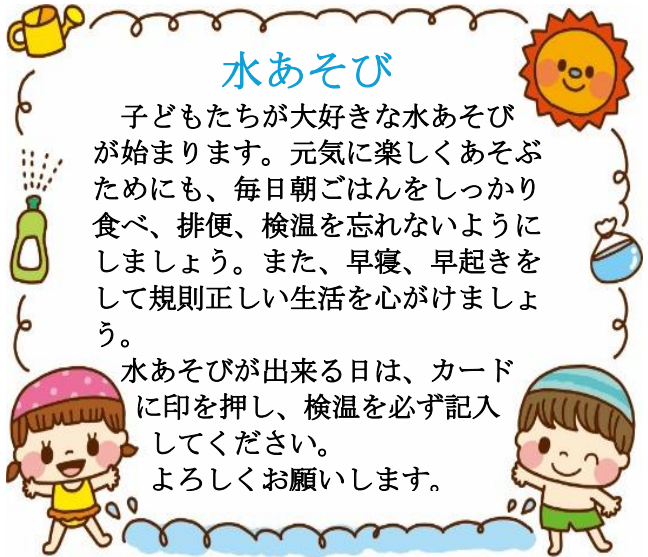
### ※とびひ

黄色ぶどう球菌による感染症で、感染力が強いのが特徴。  
○小指の頭くらいの膿水疱ができ、かゆみのため、かくと赤くただれ、ジュクジュクと肌が湿ります。  
○虫さされから、とびひになることもあるので虫にさされたら、そのままにせず、こまめに軟膏をつけ、かゆみをおさえましょう。  
○とびひになったら、ガーゼなどで保護し早めに受診してもらいましょう。また、爪が伸びている子は短く切るようにしましょう。

### 水あそび

子どもたちが大好きな水あそびが始まります。元気に楽しくあそぶためにも、毎日朝ごはんをしっかり食べ、排便、検温を忘れないようにしましょう。また、早寝、早起きをして規則正しい生活を心がけましょう。

水あそびが出来る日は、カードに印を押し、検温を必ず記入してください。  
よろしくお祈りします。



### おねがい

汗をかいたり、水あそびと着替えの機会が多くなりますが、時折、無記名や薄くなって名前が読み取れない衣服・手拭きタオルを見かけます。持ち物の分かりやすい場所に記名のご協力をお願いします。

### お友だちに興味津々

日に日に行動範囲が広がり、友だちへの興味も一層増してきた子どもたち。後を追いかけて、顔をじーっと見つめて笑い合ったりしています。おもちゃであそんでいる時も「どうぞ」と渡し合う姿が見られるようになりました。人とかかわることの楽しさや喜びを感じられるように援助していきます。

