



## 保育園だより



太陽がじりじりと照りつける夏本番。子どもたちは青空に響き渡る蝉の声に負けなくらい元気いっぱい！暑い日には、心と体を十分に解放させて水遊びを楽しんでいます。

初めの頃は水が苦手で気分が乗らない子もいましたが、今では顔に水がかかってもへっちゃらで、ひんやりした水の感触に「気持ちい〜！」と賑やかな歓声があがっています。また、水遊び前後の着替えにも慣れ衣服の着脱や片づけが上手になってきました。一人ひとりの興味や個人差に応じて無理なく遊びを繰り返す中での“できた！”経験が、子どもの成長につながっていることを実感しています。また、天気の良い日には、様々な素材を使って制作に取り組んだり、集団遊びやサーキット遊びで思いきり体を動かしたりと、保育園ならではの遊びを満喫しています。子どもの“やってみたい”“面白い”という思いを大切に受け止め共感して認めることで、一人ひとりの意欲や自信を育てていきたいと思っています。



様々な感染症や熱中症への対策に気をつけながら、子どもたちが健康安全に生き生きと過ごせるように配慮していきます。まだまだ厳しい暑さが続きますが、みんなで元気に夏を乗りきりましょう！



### 8月の行事予定



- 3日(月) いわっこ・・・生活リズムや夏の病気について
- 4日(火) 避難訓練・・・午睡中に地震発生の想定
- 6日(木) 不審者訓練・・・水遊び中に不審者侵入の訓練
- 6日(木) } 発育測定・・・身長と体重を計ります
- 7日(金) }
- 18日(火) 誕生会・・・8月生まれの友だちをお祝いします
- 21日(金) おばけごっこ・・・ぞう組さんが制作のお化け屋敷

\* 体操教室 \* 19日(水) 26日(水)

りす組, うさぎ組, きりん組, ぞう組

\* 英語教室 \* 24日(月)

うさぎ組, きりん組, ぞう組

### 9月の予定



- 1日(火) いわっこ
- 2日(水) 体操教室
- 3日(木) 発育測定
- 4日(金) 発育測定
- 7日(月) 英語教室
- 8日(火) 避難訓練
- 9日(水) 体操教室
- 10日(木) 不審者訓練
- 11日(金) プール納め
- 15日(火) 誕生会
- 16日(水) 体操教室
- 28日(月) 英語教室
- 30日(水) 体操教室

## 夏を元気に乗り切るために…

- ・ こまめな水分補給が必要（甘いジュース以外で）
- ・ 栄養バランスのとれた食事を心がけましょう
- ・ 早寝、早起き、疲れたら休息をとります
- ・ 室外と室内の温度差に注意（差は5℃ぐらいまで）
- ・ 戸外では必ず帽子を着用（つばの広い帽子が◎）
- ・ 毎日お風呂に入って体を清潔に！
- ・ 炎天下では長時間遊ばない
- ・ 汗はすぐに拭き取って着替えましょう



保護者の方のお仕事がお休みの時や外出されている時など、いつもと緊急連絡先が違う日には、その都度、確実に連絡がとれる電話番号を、登園時に必ずお知らせください。

## ～お子さんの体調管理について～



夏は暑さや疲れが重なり、子どもたちも知らず知らずのうちに体力を消耗しています。お出かけや予定が続くと、大人は楽しめていても、お子さんは疲れがたまり、体調を崩すきっかけとなります。いつもより食欲がない、機嫌が悪い、よく眠そうにしている、など小さなサインにも目を向け、お子さんのペースに合わせながら無理のない予定を心がけましょう。休日を家族で十分に楽しんだ後、休み明けも元気に過ごせるよう配慮をお願いします。



## メディアと上手に付き合いましょう

室内で過ごす時間が増えるとテレビや動画、ゲームなどに触れる機会も多くなります。メディアは一つの楽しみですが、長時間の利用は生活リズムの乱れや睡眠不足につながることもあります。ご家庭で利用時間やルールを決めたり、一緒に内容について話をしたりすることで、お子さんも安心して楽しむことができます。絵本の読み聞かせや、親子で遊ぶ時間も大切にしながらメディアと上手に付き合っていきましょう。

## 食べることを楽しんでいますか？

保護者の方から子どもの偏食や食事の姿勢などを気にする声が聞かれます。暑さから食欲が落ちる時期でもあり心配ですよね。喜んでモリモリ食べてほしいのに、食事中に立ち歩いたり食べさせてもらうのを待つ姿があると、残念な気持ちになるのもわかります。

まずは、時間と心に少しだけ余裕を持ってみましょう。きちんとテーブルについて落ち着いた雰囲気では食べることが大切なマナーのひとつです。食事に集中し、よく見てよく噛んで食べられるように「美味しいね」「〇〇な味」「ツルツルしてる」「いい匂い」などの声かけをしながら、五感をフル稼働させて食事を進めましょう。

子どもにマナーを知らせていくには、そばにいる大人が相応しい態度や行動を見せることが大切です。否定的な言葉がけや注意ばかりしないように心がけ、一緒に食べることを楽しみながら、大切なことを丁寧に伝えていきたいものです。食事は楽しいのが一番！！