



# 7月だより

暑さが本格的になり夏を感じるこの頃ですが、急に暑くなると体調を崩しがちです。食事は三食しっかり摂り、水分補給もこまめにしましょう。また、水遊びをして疲れが出てくると思いますが夏野菜を食べて元気いっぱいに過ごしましょう。



## お知らせ

### プール遊びについて

コロナウイルス感染拡大防止の為、今年度のプール遊びは控え、水遊びを行います。詳細につきましては、別紙をご覧ください。

### ※おねがい※

様々な虫が発生する季節となりました。当園では戶外活動の際にお子様の服やサークル車等に虫よけスプレーをして虫刺され予防に努めています。家庭からの虫よけシールは、着替えた時に貼り直しができなくなってしまいますので貼らないようお願い致します。又、虫パッチを貼ってくる場合は剥がれて誤飲の危険がありますので、**登園時に貼付枚数と箇所を保育士にお伝え下さい。**

ご理解とご協力を宜しくお願い致します。尚、虫刺されの事も含めお子様の体調で心配な事がありましたら気軽に保育士にご相談下さい。

## 7月の予定

SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT
			1	2	3	4 休園日
5 休日保育	6	7 七夕集会	8 身体測定週間 武尊荘七夕会参加	9	10 地震訓練	11
12 休園日	13	14	15	16	17 お楽しみ会	18
19 休園日	20	21	22	23 休園日	24 休園日	25
26 休園日	27	28	29	30	31	

## 今月の保育目標

- 衣服の着脱など、身の回りの事を自分で進んでしようとする。
- ゆったりとした生活の中で、暑い夏を快適に過ごせるようにする。
- 夏ならではの行事・製作・遊びをお友達と一緒に楽しむ。

## 保健

# あせも

汗の出る穴が詰まり、皮膚の内側に汗が溜まって炎症が起こる症状で、細かく赤い発疹が出ます。綿などの吸湿性・通気性のある衣服を選んで、汗をかいたらこまめに拭き、衣服を着替えさせるのが一番の予防方法です。シャワーや沐浴など、スキンケアで治まることもあります。かゆみがある時は、冷たいタオルで冷やすなどして、なるべく掻かないようにしましょう。ステロイド系の外用薬がひどくなったあせもには有効です。

# とびひ



アトピーやあせも、虫刺され、すり傷などを手で触ったりかいたりすると、皮膚の表面に複数の細菌が付着して繁殖し、皮膚がただれたり、水ぶくれになったり、かさぶたになったりします。なかでも黄色ブドウ球菌は高温多湿を好むため、夏になると流行します。

★患部を触った手で体の他の場所に触れると、感染がさらに広がります。ガーゼなどで患部を覆って、患部に直接触れないようにしましょう。状態がひどい場合は医療機関に相談し、内服の抗生物質を処方してもらいましょう。入浴を控え、虫刺されやすすり傷は放置せず、消毒して清潔にしましょう。汗をかいたらこまめに着替え、爪は短く切り、毎日シャワーを浴びて体を清潔に保つことが一番の予防方法となります。

## 今月の歌

♪たなばた ♪みずあそび

## 今月の絵本

★「こぐまちゃんのみずあそび」  
作：わかやま けん (こぐま社)

★「もこもこ」  
作：たにかわ しゅんたろう (文研出版)



## ビタミンとリコピンで

## 医者いらず!!

## 食育

# 『夏のトマト』

「トマトが赤くなると医者が青くなる」と言われるほど、6～9月のトマトには栄養がいっぱい含まれています。ビタミンAとCが豊富な上、トマト特有の成分であるリコピンには強い抗酸化作用があり、子どもを病気から守ってくれます。うま味成分であるグルタミン酸を含んでいるので、生食以外にも魚や肉などと一緒に煮込むと、甘みや美味しさが増します。子どもの好きな料理にして、おいしく食べましょう。

# ★「七夕そうめん」

七夕の行事食は「そうめん」です。索餅(さくべい)という小麦粉のお菓子を7月7日に食べると無病息災で過ごせると言われています。索餅が作り方や形を変えて「そうめん」が食べられるようになったと考えられています。

# 虫歯予防デー

6月4日は虫歯予防デーです。アンパンマンの歯磨きについての絵本を読んだ後、バイキンマンの歯を磨いて歯磨きの大切さについてお話ししました。ゴシゴシ〜シュッシュ〜みんな真剣に取り組んでいました。



## 種植え

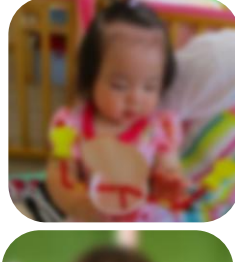
オクラの種を植え、ミニトマトの苗も後日届きました♪  
毎日、水やりをしています！！



大きくな〜れ！！

6月生まれのお友達をお祝いました。コロコロタワーやアンパンマンの紙コップ人形、それからみんなで円になりバルーンをして楽しみました。学童のお友達も交ざり、とてもにぎやかなお誕生日会でした♪

## お誕生日会



コロコロタワー！！

アンパンマン  
紙コップ人形♪

みんなでお歌を歌って  
お祝いの後に、  
誕生日カードを  
プレゼントしました  
🎁🎁



バルーン🎈



# HAPPY BIRTHDAY

☆☆くん

1歳のお誕生日おめでとうございます。  
1月に入園した☆☆くんはすぐに保育園に慣れおもちゃに手を伸ばしたり、ハイハイしたり、保育士に甘えたり可愛い姿が見られます。つかまり立ちが上手で、最近は立っちもできるようになり、たくましい成長を感じる今日この頃。笑った表情が可愛くてたまらない☆☆くんこれからもういっぱい笑って、食べて、たくましく成長して下さいね☆