



# 7月 フロールだよ

暑さも日々増していき、本格的な夏の季節もすぐそこまで来ているようです。この時期は、体力や食欲が落ちたり、睡眠が不十分になったりして夏バテしやすくなります。園でも、汗をかいたら着替えたりこまめに拭いたりしています。十分な水分補給を取りながら、元気に夏を乗り切っていきましょう。

## ☆6月の予定☆

SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT
					1	2
3 休園日	4 ← 身体測定週間 →	5	6	7 七夕集会	8 地震訓練	9
10 休園日	11	12	13	14	15	16
17 休園日	18 休園日	19	20	21	22 お誕生日会	23 休園日
24 休日保育	25	26	27	28	29	30
31 休園日						

## 今月の絵本

- ★「ふうしてあそぼ」
- 作：はるの まい（エンブックス）
- ★「パンどろぼうvsにせパンどろぼう」
- 文：柴田 ケイコ（角川書店）

## 今月の歌

♪たなばた  
うみ

## お知らせ

### プール遊びが始まります！

7月よりプール遊びを行います。別途配布しましたお知らせをご覧ください、忘れ物のないよう準備をお願い致します。プール用オムツやタオル、ビニールバック等プール遊びに必要な**持ち物に必ず記名**してお持ちください。又、プール遊びで水に浸かり、皮膚がふやけるといつも以上に傷つきやすくなります。**爪が伸びていないか毎日のチェック**もお願いします。

### 第1回保育参観について

8月19日に第1回保育参観を予定しています。お忙しいとは思いますが、保護者の方のご参加をよろしくお願い致します。なお、詳細については別紙をご覧ください。

## 保健

### 低年齢なほど危険な熱中症

0, 1, 2歳のころは、体温調節の機能が未熟で、代謝も活発なので、多くの水分が必要です。こまめな水分補給を！



### 熱中症を防ぐポイント

#### ①顔色や汗のかき方に気をつけましょう。

顔が赤く、ひどく汗をかいている時は深部体温がかなり上昇していると考えられます。

#### ②適切な水分補給をしましょう。

#### ③日頃から暑さに慣れさせましょう。

#### ④服装に気を付けましょう。

風通しの良い速乾性の白シャツなど適切な服を選び、環境に応じた衣服の着脱が出来るようにしましょう。

#### ⑤帽子をかぶりましょう。

炎天下では、熱中症のリスクが高まります。日陰などで遊ぶ工夫をしましょう。

帽子はつばが広く、通気性のよい素材のものがおすすめです。

#### ⑥室内でも熱中症対策を怠らない！

高温・無風・高湿の条件では、リスクが高まるので適切な冷房・扇風機の利用・水分補給などを心掛けましょう。

★風邪による発熱・下痢や睡眠不足、朝食抜きなども熱中症のリスクになります。日頃から体調に注意して十分な睡眠を朝ごはんをしっかり摂ることが元気に過ごすために大事です。



## 今月の保育目標

- 水遊びや沐浴を通して、水に触れて遊ぶことを楽しむ。
- 帽子や簡易屋根で出来るだけ日陰をつくり、日陰がある場所で遊ぶ。水分補給をこまめにし、熱中症と紫外線から身を守るように準備を整えておく。
- 個々との十分な触れ合い遊びを通し、信頼関係を築いていく。

## あせもとスキンケア

あせもは、額、首、手足のくびれ、わきの下、背中などに赤や白の小さなぶつぶつが出来ます。汗腺に汗やほこり、あかがつまって炎症をおこしたもので、かゆがります。かゆみから皮膚をかきこわして傷口から感染する場合もあるので注意します。赤ちゃんの肌は、大人の約半分の薄さしかありません。皮膚の中から水分が逃げ出すのを防いだり、紫外線、乾燥、ほこりなど外部の刺激から肌を守ったりするバリア機能も未発達です。「きれいに洗って清潔にする」「しっかりと保湿する」こと。ローションやクリームでケアしましょう。子供は汗っかき。汗をかいたら早めにシャワーで流したり、こまめな着替えなどをして、清潔を心掛けましょう。



## 食育

### 普段の飲み物は何を飲ませていますか？

水分補給のために普段からジュースやスポーツドリンク、炭酸飲料、乳酸菌飲料などを飲ませていますか？これらの飲み物を日常的に飲んでいると、糖分の摂りすぎになり、おなかがいっぱいになって、ご飯を食べたがらなくなったり、虫歯になりやすくなったりします。普段の水分補給には、水やカフェインの含まれていない、麦茶や水を飲ませるようにしましょう。



## 七夕そうめん

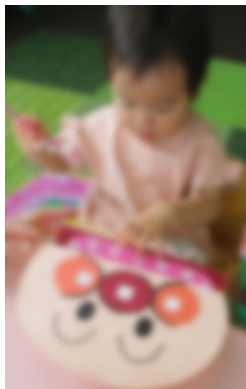
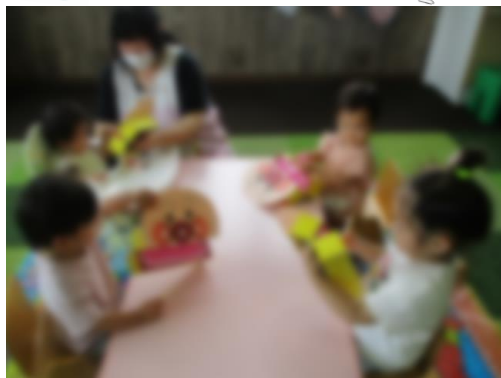
平安時代に、「七夕にそうめんを食べると大病にかからない」として、7月7日にそうめんを食べる風習が宮中に広まり、次第に一般にも普及したと伝えられています。また、真夏に弱った体をいたわるために、消化のよいそうめんを食べる習慣が生まれ、お中元にそうめんを贈るようになったという説もあります。そうめんを食べる時は、麺だけではなく、卵や鶏肉、野菜をトッピングして栄養を補いましょう。夏バテ解消にピッタリです。



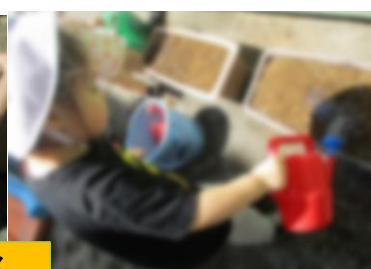
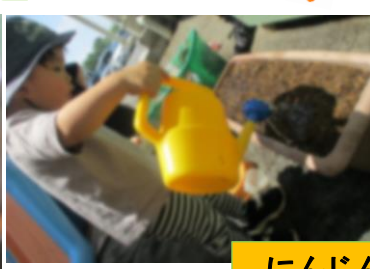
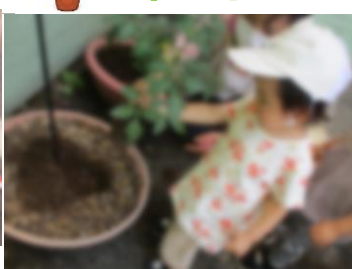
# 虫歯予防デー



6月4日は虫歯予防デーでした。みんなの大好きなアンパンマンを使って歯磨きの大切さを知りました。アンパンマンの歯を歯ブラシでゴシゴシシュツシュツ上手に磨いて楽しんでいました。



## 種植えをしました



ミニトマト

にんじん



## 消防車を見たよ

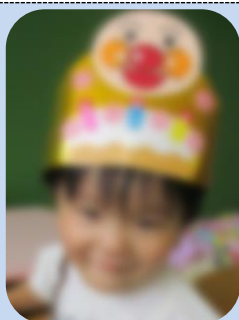


防災訓練ではしご車と消防車が来ました。近くで見るととても大きくてカッコ良かったです。でも、実際に運転席に乗せてもらおうとすると怖くてみんな一歩下がっていましたが、最後はカッコいい消防士さんと一緒に記念撮影をしました。



## お誕生日会

6月のお誕生日会はみんな大好き♡アンパンマンシリーズのボーリングをしました。缶を転がして当てるよりも、アンパンマンのキャラクターに興味津々の子もいましたが、缶を上手に転がして当てては喜んでいました。



2歳のお誕生日おめでとうございます。パーパー(救急車)が大好きで、お昼寝をしてもサイレンが聞こえてくると起きてしまうほど大ファン。お話がとっても上手になり、全身全霊、一生懸命伝えようとしてくれる姿が可愛くていつも癒されています。身の回りの事は自分でしようと頑張ったり、玩具を小さい子に貸してあげたりと様々な成長を感じ嬉しく思います。甘え上手で表情豊かな〇〇ちゃんは、みんなを笑わせてくれるひょうきんな男の子。これからも、沢山遊んで、沢山笑って泣いて、沢山怒って拗ねて〇〇ちゃんらしく逞しく育てね☆