

7月

7月 フロールだより



雨雲からお日様に季節の主役が交代し、蒸し暑い日が続いていますが、子どもたちは汗をいっぱいかきながらも夢中になって色々な遊びを楽しんでいます。この時期は体調を崩しやすいので、子どもたちの体調管理には十分配慮しながら楽しく過ごしていきたいと思ひます。

☆7月の予定☆

SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT
						1
2 休園日	3	4	5	6	7 七夕集会	8
9 休園日	10	11	12	13	14 地震訓練	15
16 休園日	17 海の日 休園日	18	19 保育参観	20	21	22 休園日
23 休日保育	24	25	26	27	28	29
30 休園	31					

今月の絵本

- ★「せんとくぐるぐる」
作：矢野 アケミ（アリス館）
- ★「すいかくんがね」
作：とよた かずひこ（童心社）

今月の歌

- ♪七夕
- ♪おばけなんてないさ

お知らせ

①プール遊びについて

後日配布致します別紙をご確認の上、ご準備をよろしくお願い致します。尚、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。

食育

ネバネバパワー

夏野菜が美味しい季節です。オクラ・モロヘイヤ・ヤマモモなどには、ネバネバした「ムチン」という糖とタンパク質が結合したものが含まれています。栄養価が高く、夏バテ防止にぴったりです。ネバネバパワーを取り入れて、元気に夏を過ごしましょう。

ペットボトルの飲み残しに注意！

便利に手軽に水分補給が出来るペットボトル飲料ですが、口をつけて飲んだ飲み物には菌が入ってしまいます。何かを食べながら飲む事で、食べ物や口の中から菌が入り、飲み物の栄養を利用してどんどん菌が増えていき、時間が経つとペットボトルの中は不衛生に。また、何日も放っておいたボトルが破裂することもあり、とくにこれから暑くなる季節には注意が必要です。もちろん、すぐに何かの病気にかかったり、すべてのばい菌が増えていくわけではありませんが、注意した方がいいですね。上手に飲むようにしましょう。

水分補給に適している飲み物

水や麦茶、ほうじ茶などのノンカフェイン飲料がおすすめです。乳幼児期は、まだ消化機能や肝臓、腎臓などが未熟なため、寝る前や起きた後・お風呂に入る前後・運動する前後など汗をかきそうな時の前後に水分をとるようにしましょう。



今月の保育目標

- 身の回りの事を保育者に助けてもらいながら、自分でやってみる。
- 夏ならではの自然に沢山触れ、暑さに負けないように気を付けながら元気に過ごす。
- 保育者や友達と関わりながらゆったりと快適に過ごし、健康的に生活する。

保健

夏こそ

お風呂!!



冷たいものばかり食べて、エアコンのきいた部屋にこもっていると、体も内臓も冷えてしまいます。冷えは夏風邪や夏バテのもと。お風呂はシャワーだけでませず、湯船にしっかりつかって温まりましょう。37~39℃くらいのぬるめのお湯での半身浴がおすすめです。鼻がうっすら汗ばむ程度までつかりましょう。夏なら20分程度が目安です。



虫歯予防デー



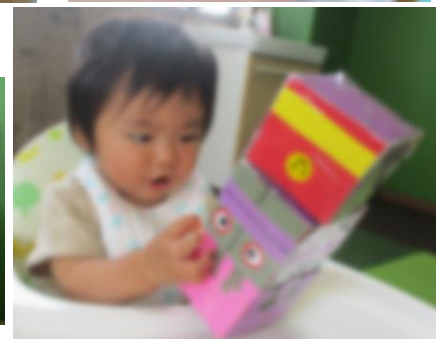
6月4日は虫歯予防デーでした。バイキンマンがおいしいものを沢山食べて歯磨きをしないでいると、バイキンマンの歯がバイキンで黒くなってしまいました。スポンジ歯ブラシでみんなが虫歯バイキンをやっつけてくれたのでピカピカの白い歯になりました。



お誕生日会



6月のお誕生日会はアンパンマンの手作り絵合わせキューブをして遊びました。アンパンマン大好きな子供たちは興味津々で、くるくと絵合わせを楽しんでいました。



HAPPY BIRTHDAY



3歳のお誕生日おめでとうございます。
ますますお話が得意になり、毎日楽しいお話を聞かせてくれます。お歌もとっても上手で、どんな歌でも歌ってくれ、替え歌も作って歌ってはみんなを笑わせてくれます。大好きなお散歩では、虫を見つけて、「先生図鑑で見よう！」と虫探しに夢中です。小さいお友達にも優しく接してくれるお兄さん。時には、バブーと赤ちゃんにも変身する甘え上手。これからの成長が楽しみです。保育園で沢山思い出を作ろうね☆