



くろさかっこ



令和元年8月
黒坂保育園

プール開きをした途端に雨ばかりで、思うように遊べない日が続きますが、プールや水遊びの日は、元気な声をあげて思いっきり楽しんでいる子ども達です。この時期暑さのため体調を崩しやすくなりますので、水分補給をこまめにするなど、健康管理には十分に気を付けていきたいと思います。ご家庭でも冷たいものの取りすぎ、お部屋の冷やしすぎに注意をしてください。休息と栄養を十分に取って暑い夏を元気に乗り切りましょう。



行事予定



お知らせとお願い



登園・降園の時、駐車場での事故防止のため、子どもさんの手を離さないようにお願いします。また降園時園庭で遊んで帰られる子どもさんを見かけますが、駐車場の混雑を避けるためにも、遊ばずに降園されますようお願いいたします。



健康チェックカードの記入、水遊びの準備などありがとうございます。8月も引き続きお願いします。



8月13日～15日は、「お盆期間中のお子様お預かりについて」のお手紙でお知らせしたとおり『お弁当の日』とさせていただきます。お弁当の準備をよろしくをお願いします。またご家庭でゆっくり過ごされる方は、事故や健康に気を付けられてお過ごしください。



9月10日（火）に内科検診を予定しております。できるだけ欠席しないようにしましょう。



夏の健康



夏は生活リズムが崩れがちです。夏バテに注意をして、元気に過ごせるようにしましょう。

○栄養バランスの取れた食事をしましょう。

○冷たいものは控えめにしましょう。

○水分補給には、甘い飲み物は控えましょう。

（糖分の取りすぎ、食欲減退につながります。）

○戸外では必ず帽子をかぶりましょう。

○汗をかいたらふき取り、できれば着替えをしましょう。

○毎日お風呂に入って、体をきれいにしましょう。

○早寝・早起きをしましょう。

1	木	安全点検・清掃の日・エコ活動の日
2	金	避難訓練（地震）
3	土	
4	日	
5	月	
6	火	英語教室
7	水	交通指導
8	木	スポーツ教室（年中・年長）・身体計測
9	金	誕生会（お楽しみ会）
10	土	
11	日	山の日
12	月	振替休日
13	火	
14	水	
15	木	
16	金	
17	土	
18	日	
19	月	太鼓教室
20	火	
21	水	療育センター交流
22	木	スポーツ教室（年少・年長）
23	金	
24	土	
25	日	
26	月	
27	火	
28	水	音楽教室 宮大教育学部実習
29	木	プール納め
30	金	
31	土	

◎火曜日、木曜日はプールの日となっています。

※13日、15日はありません。



月

どうぐみだより

保育目標

黒坂保育園

- 身近な自然現象に興味を持ち積極的に関わりながら夏の遊びを十分に楽しむ。
- 夏の生活に必要な身の回りのことを自分から進んで行う。



☆たんじょうびおめでとう☆

ふじもと ここさん（6さい）

あゆかわ こうきさん（5さい）

おだ あがさん（5さい）

お知らせ・お願い



ひとつひとつの持ち物に名前を書いてあるか、消えかかっているものはないか今一度、確認を宜しくお願いします。



爪は伸びていませんか？伸びた爪は虫刺されなどをかきむしったりして、皮膚炎の原因になったりします。子どもの爪の伸びは早いものですので、こまめに確認し、切ってあげてください。



プールの日（火曜、木曜）以外でも水遊びをしますので**毎日プールの用意**をお願いします。



お便りノートにシール等を貼っているお友だちが多く、友達同士でシールのやり取りをしてトラブルにもつながっていますのでお便りノートには何も貼らないようにご協力をお願いします。

今、貼っているシールに関してははがせる物は、はがしていただけると助かります。



プール遊び・園庭あそびの様子





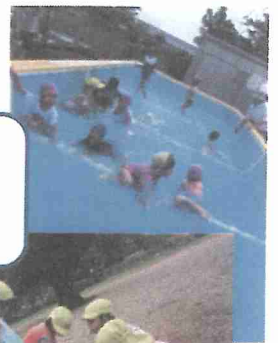
きいんぐみだより



- ・友達と意見を出し合いながら遊ぶことを楽しむ。
- ・夏の自然現象や生き物に興味や関心を持つ。
- ・水や泥に触れながら夏の遊びを楽しむ。



プールに水遊び楽しい
な！泥んこも楽しい！



お誕生日会&お祭りごっこ
ボーリングや輪投げ、ヨーヨー
釣りなどのゲームをしたり
盆踊りを踊ったりしました。
お土産たくさん貰ったよ☆



積み木や新聞紙遊
びをしているよ◎



雨の日の活動



【お願いとお知らせ】

(年中児)

- ・英語教室 6日(火)
- ・スポーツ教室 8日(木)

(年少児)

- ・スポーツ教室 22日(木)
- ・スポーツ教室はプールですが天候によって室内で行うことも
ありますので水着と体操服の両方の準備をお願いします。
- ・引き続き水遊びチェック表の記入をお願いします。
- ・水着、タオル、水泳帽、着替えは毎日持たせてください。

8月生まれのおともだち

・さかもと りのんさん
(4さい)

・まるた つきなさん
(4さい)

お誕生日おめでとう♡



くまぐみだより



8 月

保育目標

- ★ 夏の生活の仕方が分かり、元気に過ごせるように身の回りのことを自分でしようとする。
- ★ お祭りやお盆の風習など、経験したことや楽しかったことを言葉で伝え、気持ちを共有する。



プール開き
神主さんに安全祈願を
していただきました。



みんな大好きな水
プール遊びが始ま
りました！



・水遊びが始まり、水着やタオルを片づける際、名無しの迷子になるものがチラホラ…。
「これ、だれの？」と子どもたちに聞くと
「〇〇ちゃんの～！」と、お友達の持ち物までしっかり覚えていて教えてくれるお友達もいます。物覚えの悪い私は、子どもたちの記憶力に頼っています。(笑)

★水着やタオル、T シャツ等記名をお願いします。 また、荷物の準備をお子さんと一緒にされると、自分の持ち物が把握できてよいかと思います。

おしらせ・おねがい

金魚すくいや色水遊びなどをして、みんなで水遊びを楽しんでいます。

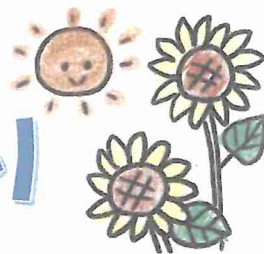


- ★ 引き続き、出席ノートのプールカードの記入をよろしくお願いします。
(記入なしやお薬持参の時は水、プール遊びはできませんのでご了承下さい。)
- ★ 火、木曜日はプールですが、それ以外の日は水遊びやシャワーをしますので、ビーチバッグに水遊びの準備をして毎日持って来て下さい。
- ★ 22 日のスポーツ教室はプールの用意と体操服も持って来て下さい。





うさぎぐみだより



保育目標

- 生活リズムを整え、暑い夏を心地よく健康で快適に過ごせるようにする
- 水や砂、泥など感触を喜び、保育者や友だちと一緒に夏の遊びを楽しむ
- 自分で着替えようとしながら、出来た喜びを保育者と一緒に共有する。



- ・ 夏の健康チェック表に検温等の**記入が無い場合は、水遊びはお休み**になりますので、引き続きお願いいたします
- ・ 水着やタオル等の持ち物に記名をお願いいたします（お下がり等も）また、毎日、持ち物に記入があるか確認をお願いいたします

泥・水・砂、様々な感触を楽しんでいます



8月から、28
名になります！

ひよこぐみから、4名進級です

- ・ かい ゆうひさん
 - ・ さとう そいさん
 - ・ たなか めいさん
 - ・ どうきゅう みおさん
- よろしくお願いします。

「パプリーカ♪」
と、歌っている
お友だちもいます



真剣に指先を使った遊びをしています



8月生まれのおともだち

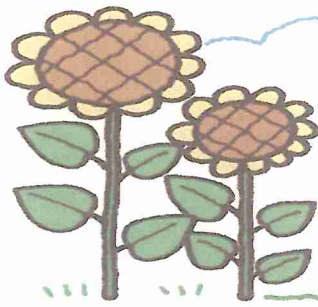


いわきり そうまくん 3歳

まなべ いちかさん 2歳

8月9日(金)にお楽しみ会と、
誕生会を予定しています





ひよこぐみだより

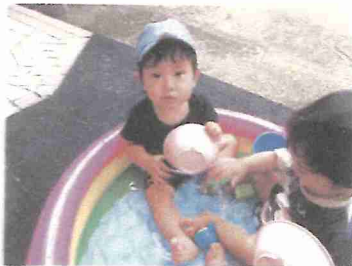


保育目標

- ・保育者と一緒に沐浴や水遊びなど、夏ならではの遊びを楽しむ。
- ・十分な休息と水分補給に留意し、暑い夏を元気に過ごす。

・長かった梅雨もようやく終わり水の冷たさが気持ちよく感じられる季節になりました。ひよこ組では、子どもたちの体調や気候の様子を見ながら、水遊びや活動後の温水シャワーで汗を流して気持ちよく過ごせるようにしています。これからまだまだ暑い日が続くので水分補給や休息をこまめに行い元気に過ごしていきたいと思います。

・プールあそび！

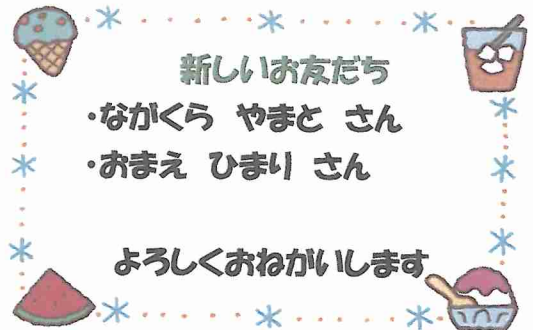


8月生まれのお友だち

23日 なぐら やまと さん
(1さい)

28日 おちあい かいせい さん
(1さい)

おめでとうございます！



新しいお友だち

・なぐら やまと さん

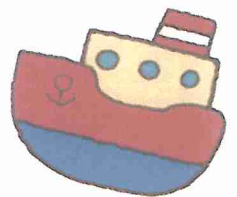
・おまえ ひまり さん

よろしくおねがいします

水遊びの様子です♪

気持ちよさそうに

水に触れて楽しんでいます！



〇持ち物すべての名前の記入をお願いします。消えているものなど確認をお願いします。

〇引き続き水遊びの準備、〇×、体温の記入を忘れずにお願いします。



げんきだより



清武社会福祉会

令和元年8月1日

雨量の多かった梅雨が明け、夏、真っ盛り！ 暑さに負けず、元気にプール遊びや外遊びをする子ども達の姿が多く見られます。たくさん遊んだ後は、お家でゆっくりと過ごし、しっかりと疲れを取るようにしましょう。

夏バテ

夏バテの大きな原因は、暑さによる食欲低下で、冷たい飲食物の摂取が多くなり、食事のバランスが偏ってしまうことです。また、大量の汗をかくことで体が水分不足になり、熱帯夜の寝苦しさからくる睡眠不足などの条件が重なって、体調を崩す場合が多いようです。



夏バテ予備軍 チェックリスト

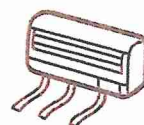
- 冷たい麺類など、火を通さない料理を食べることが多い
- 冷たい飲み物やアイスをとくさんとする
- 野菜はほとんど食べない
- 冷房の効いた部屋に長時間いて、寝る時もクーラーをかける
- 入浴はシャワーで簡単に済ませる
- 夜更かしをする
- 運動量が少ない



夏バテSTOP！

お家でできる予防法

普段から軽い運動をし、お風呂にゆっくり浸かることで、汗をかく習慣を付けましょう。水分補給は麦茶がお勧めです。室内で過ごす時、冷房は28℃前後、寝る時はタイマーを設定しましょう。また、夏野菜は、体を冷やしてくれるので、しっかりととりましょう。味噌汁も、夏の疲れた胃腸にはぴったりです。



口呼吸がもたらす健康トラブル

口の中が乾燥し、唾液による殺菌消毒作用が不十分になります。また、空気中の細菌やウイルスが喉の奥にある扁桃と呼ばれる免疫機能をもつ組織にダメージを与え、免疫力を低下させ、さまざまな病気にかかるリスクを高めます。

鼻呼吸になろう ☆ あいうべ体操 ☆

口を閉じた時の舌の位置を正常に戻す体操です。

大きく口を開いて「あー」「いー」と言ったあと、

「うー」と口を強く前に突き出します。次に「べー」

と舌を精一杯伸ばします。これを1セットとして、

1日30～60セット行いましょう。

感染症情報 7月 (清武社会福祉会7保育園・こども園)

アデノウイルス (6例)、溶連菌 (5例)、手足口病 (5例)、ヘルパンギーナ (1例)、プール熱 (1例)、感染性胃腸炎 (1例) の報告があります。

鼻の日

8月7日は「鼻の日」です

鼻の役割とは…？

- 呼吸をします。
- 鼻に入った空気からほこりを取り除き、肺に空気を送り加湿、温度調節もします。
- においをかぎます。

鼻を大切に！

鼻をかむ時は片方ずつ静かにかみましょう。両方を同時にかむと耳を痛めます。また、鼻の穴に物を入れないように注意しましょう。



8がう



給食だより



暑くなってくると水分を多く取りますが、清涼飲料水などは控えめにして麦茶や番茶などを飲ませてください。

清涼飲料水には、たくさんの糖分が含まれています。家では、のどに通りやすい麺類などが多くなるのではないのでしょうか。園では、噛み応えのある食品を取り入れます。

よく噛むことであごの発達→歯並び→脳への刺激→食欲と色んな効果が上がります。

夏バテにならないように、バランスの良い食事を心がけましょう。



7月の誕生会メニューはビーフカレーや唐揚げなど、子どもたちの好きなものばかりでした。

今回も、ものすごいスピードであっっ！！という間に食べ終わっていました。



8月のおしらせ

13・14・15日

は、

給食が

お休みです。

