



ななほしだより

平成29年8月
ななほしキッズ

いつの間にか蝉の声が聞こえ始めましたが、その声に負けない程元気に子どもたちは、歓声をあげながらあそんでいます。毎日厳しい暑さの中で散歩を楽しんでいたななほしキッズたちも、さすがに外出は控えて水(砂)遊びに変更しました。夏の間は体調に気を配りながら思いっきり楽しんでいきます。

8月の行事

1日	火	安全点検・エコ活動
3日	木	交通指導
7日	月	身体計測
17日	木	避難訓練・緊急対応訓練
18日	金	ソーメン流し(地域交流)
22日	火	誕生会
2, 9, 16, 23, 30日	水	リズムあそび (ふれあいあそび)



ソーメン流しについて

昨年同様長い竹を使ってソーメン流しを楽しみます。今回は近所の方々も来ていただく予定です。さあ！ソーメンのほかに何が流れてくるのでしょうか！？

新しいおともだち！

犬童 春仁さん(1歳) ほしぐみ

進級します！

下田 葵さん(1歳) にじぐみ

よろしくお祈りします。



お願い

☞例年通り、福祉施設へタオル、石鹸を送るという協力依頼が来ています。おうちで眠っている(いらない)新しいタオルや石鹸がございましたら、玄関に置いてあります箱に入れていただきますようよろしくお願いいたします。

☞入口の柵が高くなりました。鍵が上下2箇所が付いていますが、安全のために必ず下だけでなく上の(高い方の)鍵もかけてください。



7/15 きよたけ郷土まつりでこのうちわがお神輿の行列に参加しました。沿道で応援して下さった皆さん、暑い中どうもありがとうございました。

Big news!

ななほしキッズの園歌ができました！

リズムであ世話になっている鬼東先生が、「みんなであそぼう」という題で作詞、作曲して下さいました。子どもたちはまだ完全ではありませんが「・・・ななほしキッズ！」の部分だけは自信たっぷりと歌っています。とっても可愛いですよ！

お知らせ・お礼

砂場が広くなりました！

工事中は、ショベルカーの作業風景をこどもたちは興味津々で見っていました。砂場の出来上がる様子を見せられてよかったです。広い砂場では、のびのびと砂(泥)あそびができ、歓声をあげてあそんでいます。皆様のご協力、ありがとうございました。

カギ





みんなで作った星型(ハート型)きゅうり! みんなでカリカリッ!!

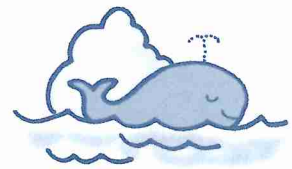


エコ、食育 8月 今年も大収穫!!





ほしぐみだより



平成29年度8月 小規模保育園ななほしキッズ

☆今月の保育目標

- ☆ 生活のリズムを整えながら、十分な水分や休憩を取り暑い夏を健康に過ごす。
- ☆ 保育士とかかわったり、見守られたりしながら、感触遊びや興味のある遊びを楽しむ。



暑い日が続いてよいよ夏本番ですね。7月の初めに園庭の工事が始まり、毎日工事の様子を窓から眺めて、ショベルカーを近くで見たり、働くおじさんたちに声をかけてもらったりして喜んでいました。工事が終わると裏に行き遊んだり、砂遊びや水遊びをして楽しく過ごしています。



☆発達の願い☆(かみつき)

0歳児クラスの後半から“かみつき”のあらわれる子がいます。愛情表現やふざけっこと受け止めていることも多く、0歳児での「かみつき」の始まりは、コミュニケーションの一部であることが多いのです。子供たちが「かみつき」によってどんな思いや願いを表現しようとしているのかを大人が深く理解することが、対応を考える出発点となります。

1歳児クラスでの「かみつき」は自我の表現や自己主張の手段の形をとって現れますが、それは「発達の願い」を表現しています。興味が同じによる玩具の取り合い、場所の取り合いなどが原因となる様に見えることがほとんどです。中には通りすがりにかみついたり、引っ掻いたりという姿が見られることがあり、トラブルの原因にもなります。

「発達がわかれば子どもが見える」 監修 田中真介

おねがい

- 今月も楽しい水遊びをしていきますので、毎朝検温をし、○か×の記入をお願いします。
- 朝のうちに健康状態を教えてください。気になること(食欲がない、機嫌が悪いなど)があるときは、些細なことでもいいので、様子を詳しくおしえてください。
- 持ち物には、名前を記入してください。消えかかった物にも再度記名をお願いします。

あたらしいおともだち

犬童 春仁さん H28年4月生まれ
(いぬどうはるひとさん)



ままごと遊び楽しい！
スプーンも上手でしょ！

カラーボールいっぱい
楽しかったよ。

鈴をもってリズム遊び
いい音だね＊

ほら見て！
ポットン遊び楽しいよ

上手に歩けるように
なったよたのしいなー



保育目標

- 一人一人の思いや欲求を受け止め、安心して過ごせるようにする。
- 水や砂、泥の感触を楽しみ、五感を十分に刺激しながら夏のあそびをダイナミックに楽しむ。
- 簡単な身の回りのこと（排泄、着替えなど）を保育士と一緒にやる。（1歳児）
- 簡単な身の回りのことを自らすすんでやる（2歳児）

夏本番！！夏のななほしキッズ！



暑い日が続いていますが、毎日水あそび、泥んこあそびをめいっぱい楽しんでいるななほしキッズです。なつかしい水鉄砲を一時保育で来ていた外林慶さんのおばあちゃんからいただき、喜んであそんでいます。新しくできた砂場に大きな山を作ったり、溝を掘って水を流したりしてあそんでいます。プールではワニ歩きやバタ足で水しぶきをあげていますよ。

自分でできたら嬉しいね！

夏のあそびを楽しんでいる毎日ですが、着替えをしたりトイレに行ったり身の回りのことを自分でしようとする姿が見られます。2歳児のお友だちは体が発達し、パンツを立てて履こうとしています。「かかしさんだよ」とリズムでしている『一本足のかかし』を口ずさみながらパンツを履いています。1歳児のお友だちは「自分で」という気持ちが強く、できることが増えてきました。



面談のお知らせ

きりんグループのお友だち（2歳児）は面談を計画しています。子育ての喜び、悩み、ななほしキッズを卒園後の入園先などいろいろなお話をしませんか。日程はお盆明けの土曜日を計画しています。詳細は後日連絡させていただきます。お忙しいとは思いますがお時間の都合のほど、どうぞよろしくお願いいたします。





猛暑が続いています。子どもたちは、暑さの中でも夢中になって遊ぶので、水分の補給には十分に気を配りましょう。暑いと体力が落ちて、食欲がわかないことや、つい冷たいものばかりを食べてしまうことがあります。暑さに負けない体づくりをするためにも、しっかりとご飯を食べられる工夫をしましょう。

熱中症

熱中症は、日射病、熱射病などの総称です。日射病は、戸外で強い直射日光にさらされることが原因で、熱射病は室内でも気温の高い場所に長時間いたために起こることが原因です。



熱中症の症状

日射病…顔は赤く、呼吸が荒くなります。皮膚感覚は熱く、体温が上がっても汗が出ず、めまい・頭痛・吐き気などを伴います。

熱射病…顔は青白く、大量の汗をかきます。皮膚感覚は冷たく、めまい・吐き気を伴います。

なぜ子どもは熱中症になりやすい？

子どもは体温調節がうまくできず、温度変化の影響を受けやすい、また衣服の着脱も水分補給も一人で行うのが難しいため、容易にかかりやすいのです。

車や家の中でも熱中症になります
特に車中では、気温が高くなくても高温になるので、子どもを一人にするのは絶対に避けましょう。

予防のポイント

- 日中は帽子をかぶって外出をしましょう。日除けのあるベビーカーも照り返しで暑くなるので、散歩はできるだけ短時間で切り上げましょう。
- 炎天下での遊びは、長時間に及ばないように注意しましょう。海や屋外プールなどの水辺でも、30分毎に日陰で休息をとるようにしましょう。
- 肩まで隠れる、吸湿性、吸水性に優れた衣服を選びましょう。
- 水分補給は、電解質の入っている経口補水液などの飲み物を与えましょう。



水分補給

大人の体は7割近くが水分です。乳幼児はさらにその割合が増え、生まれたばかりの乳児だと、なんと8割近くになります。その分、失われる水分量も多く、こまめな水分補給が必要になります。

Q & A

● いつ飲ませればよいの？

起床時、就寝前、運動の前後、入浴前後など、汗をかく前と後に飲ませるのがよいでしょう。

● どのくらいの量がよい？

一度に大量を与えるのは避け、コップ1杯程度の量をこまめに与えましょう。

● 何を飲ませればよい？

病気にかかっていなければ白湯や麦茶などがよいでしょう。糖分の多いジュースや、消化に時間のかかる牛乳、硬度の高いミネラルウォーターは、水分補給という点ではあまり適しません。失われた電解質を補充する時は、経口補水液が役立ちます。

ベビーカーの注意点

ベビーカーに乗っている子どもは地面に近い位置にいるので、体感温度は大人より2～3℃高いと言われています。散歩をする時は、涼しい時間帯を選び、照り返しの少ない土の路面にしましょう。日除けの屋根が付いていても、夏場は30分以内に留め、子どもの様子を時々チェックしながら、脱水症状を起こさないよう、水分補給はこまめに行いましょう。

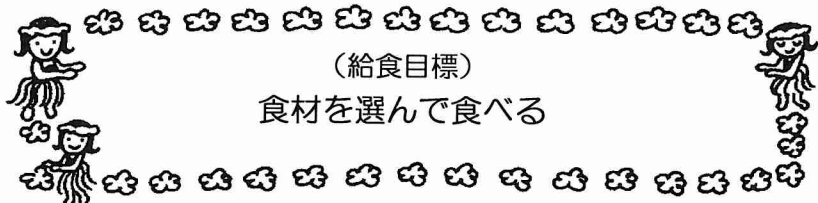
県内の感染症情報



県内では、手足口病、ヘルパンギーナ、感染性胃腸炎、溶連菌感染症の流行が報告されています。子どもは重症化しやすく、注意が必要です。バランスの良い食事を摂り、たっぷりと睡眠をとりましょう。体調の悪いときは無理をせず、早めに医療機関を受診しましょう。



暑い夏をのりきる秘訣は、「よく食べ」「よく遊び」「よく眠る」ことです。食事をしっかり食べて、子どもたちの体のリズムを整え、夏を元気に過ごしましょう。



(給食目標)

食材を選んで食べる

(内容配慮)

- 夏野菜の名前を知らせる等、給食に関心を持たせる。
- 涼感を出すような食事環境を整え、気分転換を図る。
- 熱中症予防のために、積極的に水分補給をする。
- ミルク調乳前、食事前、おむつ交換後など次の作業に移る前の手洗いを徹底する。

「旬」の食材・選び方のポイント
旬が分かりづらくなった現代の食生活。季節感のある食育として、食べ物で旬を味わう心を育てましょう。

- ・ トマト
実がしまっている、へたがきれいな緑色
- ・ きゅうり
緑色が濃くツヤがある、太さが均一
- ・ あじ
目が澄んでいる、青光りしている、艶がある

夏バテ予防の食事

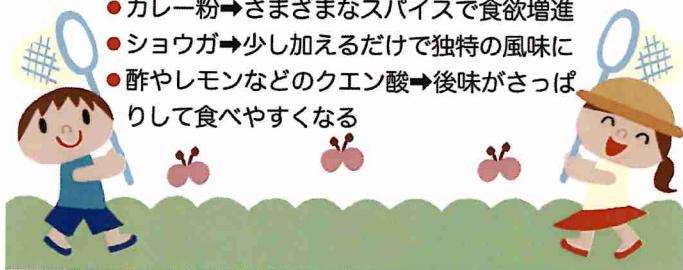
暑い日が続くと、体調を崩して夏バテを起こしやすくなります。食事を通じて夏バテ予防を行いましょう。

夏バテ知らずの丈夫な身体を作る栄養素

- たんぱく質 (卵・肉・魚・大豆・牛乳)
- ビタミンC (野菜・果物)
- ビタミンB1 (豚肉・レバー・枝豆・豆腐)
- ミネラル (海藻・乳製品・レバー・夏野菜)

落ちた食欲を取り戻す味つけ

- カレー粉→さまざまなスパイスで食欲増進
- ショウガ→少し加えるだけで独特の風味に
- 酢やレモンなどのクエン酸→後味がさっぱりして食べやすくなる



熱中症予防！こまめに水分補給を

室内でも、外出時でも、のどの渇きを感じなくても、こまめに水分、塩分、経口保水液(水に食塩、ブドウ糖を溶かしたもの)などを補給しましょう。

1日の飲水量目安は、幼児300~600ml、乳児体重1kg当たり30~50mlです。

今月のメニュー

夏野菜のカレー・冷やし中華風・南瓜とミンチのみそ煮

＜基本の調味料＞

「さ・し・す・せ・そ」は、料理に入れる調味料の種類と順番を表します。それぞれの個性と風味を生かすだけで、料理がいっそう美味しくなります。

☐砂糖・・・ほかの調味料より素材にしみこみにくいので先に入れる

☐塩・・・少量で味が変化するので加減してくれる

☐酢・・・酢の物は塩でもんで野菜の水分を出してから酢を使う

☐せそ醤油と味噌・・・風味が飛んでしまうので、後から入れる

8月のおしらせ

お盆も保育所では給食を行うことになっていますが、市場はお休みです。

新鮮なものが納品できるようお店の人とよく話し合ってください。新鮮なものがいない時は、献立の検討、材料のアレンジ等お願いいたします。

★食物アレルギーの対応について、お祭りや遠足、運動会などのイベント時に誤食事故が起きやすくなります。事前の連絡、当日の注意を徹底しましょう！