



たいようっこだより

令和2年8月 北今泉保育園

梅雨が明け、本格的な夏がやってきました。暑い太陽が照り付ける中、にぎやかなセミの声に負けないくらい子どもたちは元気な声をあげてプール遊びや水遊びを楽しんでいます。しかし、暑さの為体調を崩しやすくなりますので、水分補給をこまめに行い健康には十分注意したいと思います。ご家庭でも、冷たい物の摂りすぎに注意をし、十分に休息をとるなどして暑い夏を元気に過ごしましょう。



3日	月	お祭りごっこ 安全点検・園内整備
4日	火	体育遊び(年長・年中)
5日	水	身体計測
6日	木	避難訓練(風水害・竜巻) 身体計測
7日	金	誕生会 エコ活動
17日	月	安全点検・園内整備
18日	火	体育遊び(年長・年少) プール納め
19日	水	リズム・わらべうた遊び
20日	木	エコ・マザー活動
21日	金	英語遊び
24日	月	音楽遊び
26日	水	交通指導
27日	木	ヤクルト栄養セミナー

おたんじょうびおめでとう!



●登園・降園時、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。また降園時に、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。

お祭りごっこ

日時 8月3日(月)を予定しています。
楽しい催しがいっぱいです。

*子どもたちのみの参加になっています。



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。
○栄養バランスのと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。
○戸外では必ず帽子をかぶりましょう。
○早寝・早起きをしましょう。

げんきだより

令和2年8月
清武社会福祉会

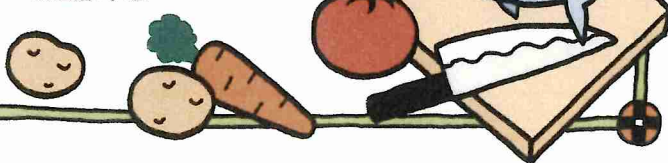
全国でコロナウイルス感染が報告されています。厳しい暑さが続きますが、体調を整え手洗いを励行し、引き続き感染予防に努めましょう。

食中毒を予防しよう

食中毒が発生しやすくなっています。子どもたちの健康を守るためにも、この時期はご家庭でも、いつもより衛生的に過ごすように心がけてください。

予防のポイント

- ① 新鮮な食材を使う。調理してから時間がたったものは食べない
- ② 魚や肉は十分に火を通す
- ③ 賞味期限や冷蔵庫を過信しない
- ④ まな板や包丁などはまめに熱湯消毒や漂白剤で殺菌する
- ⑤ 調理前や食事の前、トイレの後にはせっけんで手を洗う
- ⑥ 手指に傷がある場合はブドウ球菌に感染しやすいので注意する



備えていますか？

全国各地で大雨による災害が起っています。いざという時のために、日頃よりの備えが大切です。避難場所や家族との安否の連絡方法などを確認し、最低3日分の飲料水や食料、ミルクやオムツ等を準備しておきましょう。

公的機関や自治体の備蓄の多くが、健康な市民向けとなっています。お子様と一緒に避難生活を想像し、お子様のストレス軽減のためにも食べなれているものを多めに備蓄しておきましょう。



年長児の皆さんへ

MRワクチン（麻疹風疹混合ワクチン）の接種は、第1期を1～2才の間、第2期を5～7歳未満で小学校入学前の1年が対象となっています。

年長児のお子様は、小学校入学前に無理のないスケジュールで予防接種を受けられるようお願いいたします。



かゆみのある湿しんは
「とびひ」かも



虫刺されや湿しんなどで傷ついた肌を汚れたつめでひっかくと、傷口に細菌が感染して「とびひ（伝染性膿痂疹）」になります。うみをもったような水ぼうがで、強いかゆみが出ます。かゆいからといってひっかくと大変！ 水ぼうがが破れて中の液が付いた所に、とびひがどんどん広がってしまうのです。水ぼうを見つけたら、つめでひっかかないようにガーゼで覆い、受診しましょう。

ぼくたちのつめも、
忘れずに短く切つてね

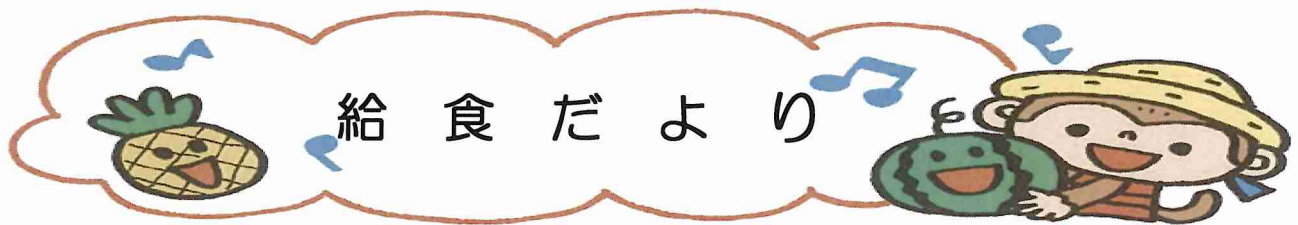


感染症情報

宮崎市内では以下の感染症が報告されています。
こまめな手洗いをし、予防に努めましょう。

- ・溶連菌感染症
- ・感染性胃腸炎
- ・咽頭結膜熱（プール熱）





《給食目標》 暑さに負けない身体づくり

◆朝ごはんを食べて夏バテを吹き飛ばそう！

- ・早寝、早起きで毎日の生活リズムをしっかりとつくりましょう。
- ・朝ご飯を食べましょう。
- ・タンパク質、ビタミン、ミネラルを十分にとりましょう。



◆夏野菜で熱をとりましょう！

- ・キュウリ、トマト、ナス、セロリ、レタス、モヤシ、オクラなど、夏の暑い時期に旬を迎える夏野菜は、体の余分な熱をとるものが多いです。



◆夏の水分補給

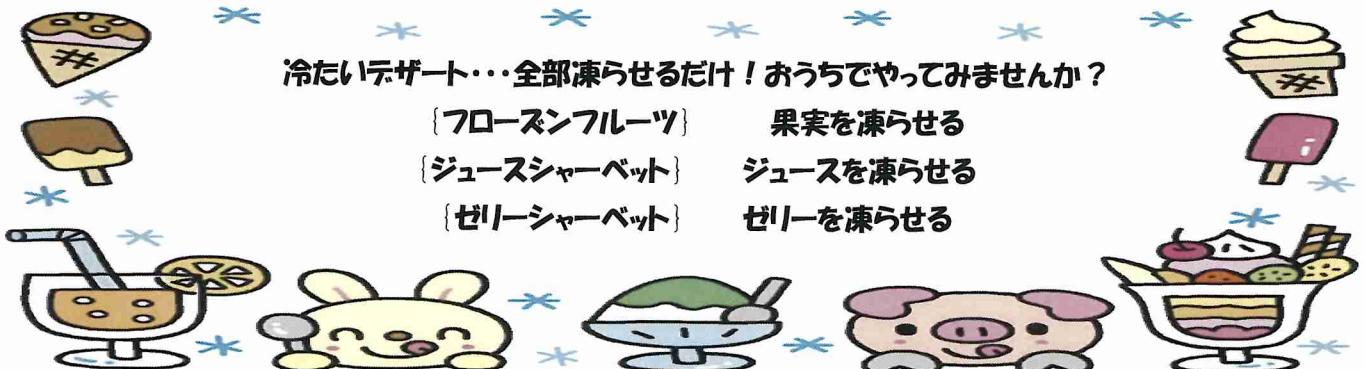
- ・ジュースや炭酸飲料より、お茶を飲みましょう。
- ・水分とミネラルの不足には、スイカに塩をかけて食べると、とても効果的です。冷やした新鮮な果実で、しっかりと水分補給をして下さい。
- ・適度の炭酸飲料は、気分を爽快にしてくれ、疲労を和らげてくれるそうです。ただ、飲みすぎると、糖分のとり過ぎ、カルシウムの不足、ビタミンB₁の不足なども起こると考えられるので気をつけましょう。
- ・人間はプールで泳いでいる最中も汗をかき続けています。30分おきなど、こまめに水分補給を行なうことが理想的です。

〈おいしい夏野菜〉

- 【キュウリ】利尿作用/余分な熱をとる/余分な塩分をとる/のどを潤す/ほてった体を冷やしてくれます。
- 【ピーマン】血をさらさらにする。
- 【トマト】食欲増進/余分な熱をとる/のどを潤す/水分がたくさん含まれています。
- 【ナス】余分な熱をとる/血のめぐりを良くする/化膿や腫れを治める
- 【レタス】余分な熱をとる/血のめぐりを良くする/化膿や腫れを治める/利尿作用
- 【スイカ】体を冷やす/のどを潤す/利尿作用/むくみをとる
- 【トウモロコシ】胃腸の調子を整える/タンパク質がたくさん。

冷たいデザート…全部凍らせるだけ！おうちでやってみませんか？

- | | |
|--------------|-----------|
| 【フローズンフルーツ】 | 果実を凍らせる |
| 【ジュースシャーベット】 | ジュースを凍らせる |
| 【ゼリーシャーベット】 | ゼリーを凍らせる |





ぞうぐみだより



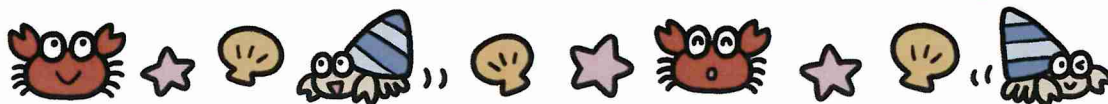
今月の目標

★夏の生活の仕方が分かり、身の回りのことなど自分から意欲的に取り組めるようにする

★夏ならではのあそびを友だちや保育士といっしょに楽しむ。



待ちに待った水遊びができました



☆ お 願 い ☆

○朝は、ごはん・水分をしっかりとりましょう

○持ち物の名前の記入をお願いします。消えかかっているものもあるので確認をお願いします



くまぐみだより



<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事を自分でしようとする。
- 夏の楽しい行事に友達と一緒に参加して楽しむ。



子どもたちが楽しみにしていた、プール・水遊び。水遊びやプールが出来ることを伝えると、「やったー！」と大喜びで準備をしていました。水の感触を楽しんだり、大きなプールでは犬さんやわにさんになって泳いでみたりと友達と一緒に楽しむ姿が見られました。「つめたいね〜」や「きもちいいね〜」などの声を聴くことが出来ました。



- ・朝食、水分をしっかり摂って、元気に登園しましょう。
 - ・持ち物すべてに記名があるか、もう一度確認していただけると助かります。
- よろしくお願いいたします。





月のねらい

- ★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。
- ★友だちと一緒に、水や泥などの自然物に触れて遊ぶ楽しさを味わう。



水の冷たさが気持ちよく感じられる季節になりました。
きりんぐみでは、子どもたちの体調や気候の様子を見ながら、水遊びや戸外遊びを取り入れていく予定です。
これからまだまだ暑い日が続くので、水分補給や休息をとりながら元気いっぱい過ごしていきたいと思います。



～シャボン玉・水遊びの様子～



◎暑くなっていますので、昼寝用の布団を寝ゴザに変えていきたいと思います。
バスタオル2枚、寝ゴザの準備ができ次第持ってきて下さい。
よろしくお願いします。

◎肌着や汚れ物入れ等、すべての物に記名をお願いします。
消えかかっている物も、チェックしてください。

～誘導ロープでお散歩～



＊フォークを3点持ちして、反対の手は食器に添えて食事ができるように毎日頑張っています！正しい姿勢で食べることはとても大切なことですので、ご家庭でも励ましをお願いします。



- ・保育者や友だちと一緒に水遊びを楽しむ。
- ・様々な物事に自分で挑戦しようとする。

子どもの姿

長かった梅雨も終わり、本格的な夏になりました。お気に入りの水着を着て、嬉しそうに水遊びを楽しんでいます。玩具を片手に子供たちの明るい声が響き、保育者や友だちと一緒に会話をしようと、身振り手振りで必死に意思を伝えようとする姿が見られるようになりました。おむつやスポンの着脱、食事など自分でしようという姿も見られ、日々成長を感じています。



- ・持ち物すべてに大きく名前を記入してあるか、確認をお願いします。
- ・暑くなってきましたので、着替えを多めに用意してください。
- ・夏は、体力を消耗しがちです。しっかり寝て、しっかり食べて登園しましょう。
- ・子どもたちが自分でスポンやおむつを脱いでトイレに行っています。自分で着脱しやすい服装、体に合ったサイズの服装で登園するようお願いします。
- ・トイレトレーニングについては、それぞれに保育者の方から声かけさせていただきますので、よろしくお願いします。





保育目標

○一人一人の体調にあわせて、暑い夏を健康に過ごせるようにする。

○沐浴や水遊びを通して水の感触を楽しむ。

子ども達の姿

簡単な言葉や指差しをしたり、保育士や友だちと会話をしながら、ずり這い・ハイハイ・つかまり立ち・よちよち歩きをして自分の思いを伝えようとする子ども達です。日々の成長の早さに驚いています。

いよいよ夏本番となりましたが疲れのでやすい時期ですので、子ども達の体調に気をつけながらテラスで水遊びや沐浴をしたり、室内遊びをして楽しみたいと思います。



おねがい

○朝のお忙しい時間に健康チェックの記入、検温等ありがとうございます。

今月も引き続きよろしくお願いいたします。

○爪が伸びていると、柔らかい肌を傷つけることがありますので、爪が伸びていないか再度確認をお願いします。

新しいお友だち紹介

いけがみ まさやさん
よろしくお願いします。

