

# いずみっこだより



令和4年8月 南今泉保育園

セミの鳴き声が日増しに大きくなっていますが、そんなセミの声に負けないくらい元気いっぱいの子ども達です。暑い夏に負けず、たくさん遊んで、休息もしっかりとりながら、過ごしていきたいと思います。

## 行事予定

日	月	火	水	木	金	土
8	1 安全点検 工コ活動	2	3 身体計測	4 スポーツ教室 年少、年中、年 長児（プールの 用意・体操服）	5 誕生会	6
7	8 交通指導	9 ダンス教室 年長児 （体操服）	10	11 山の日	12	13
14	15	16	17 英語遊び 年中、年長児	18 スポーツ教室 年少、年中、 年長児（プールの 用意・体操服）	19 避難訓練 （火災） 緊急対応訓練	20
21	22	23 絵画教室 年中、年長児	24	25 プール納め	26	27
→宮崎大学教育学部実習(22日～24日)←						
28	29	30 ダンス教室 年長児 （体操服）	31	🍈🍉🍇🍎🍌🍍🍓🍑🍒🍓🍑🍌🍍🍎🍇🍉🍈		

## おしらせ

8月13日(土)15日(月)は、お弁当(ご飯、おかず入り)水筒、箸やスプーンの用意をお願いします。

お出かけの際は、感染予防を行い、楽しい休日をお過ごしください。

### ★プールについて★

先月に引き続き、毎日アプリでの検温記入、プール、水遊びの〇×チェックと水遊びの用意をお願いします。プールができない日も水遊びを行うことがあります。





# ひよこぐみだより



## ★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。
- 安定した生活リズムの中で、暑い夏を健康的に過ごす。



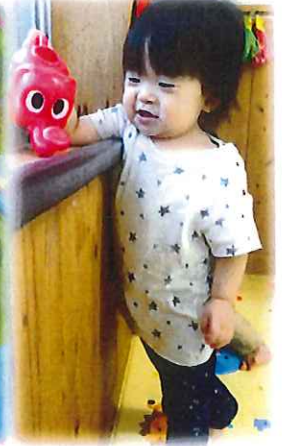
元気なセミの声が聞こえてくるようになり、夏真っ盛りとなってきました。ひよこぐみのかわいい子どもたちは水遊びが大好きで、プールの中では、水面を叩いてみたり、じょうろで雨を降らせると手を差し伸べたりして遊んでいます。また、水遊びができない時も、シャワーをしたり、寒天遊びやセンサーバックなどを使って涼しく遊べるように工夫しています。暑い夏を楽しく過ごせるように体調に気をつけながら工夫して過ごしていきたいと思います。



きもちいいね☆



おいしいね😊



## ★お知らせ・お願い★

- ・8月も水遊びを行う予定ですので引き続き、健康チャックの記入、タオルや水着の準備をお願いします。
- ・暑い日が続いていますので、しっかりと朝食や水分をとって登園してきてください。
- ・登園時間が9時半を過ぎる際には、園の方に連絡をお願いします。



# 8月うさぎぐみだより

## 保育目標



☆水や泥にたくさん触れ、夏ならではの遊びを保育者や友だちと存分に楽しむ。  
☆暑さに負けず、健康に過ごす



いつの間にかセミの音が聞こえ始め、季節はすっかり夏です☀️真夏の暑さに負けることなく元気いっぱい遊んでいますよ🎵先月からプールや水遊びが始まり、お天気のいい日は水着に着替え、外で思い切り水遊びを楽しんでいます。泥をスコップですくいバケツの中にたくさん入れたり、水をすくってお友達や保育士の足にかけたりと、楽しそうに遊ぶ姿が見られますよ☆  
今月も健康管理に気を付けながらみんなで楽しんで過ごしたいと思います。

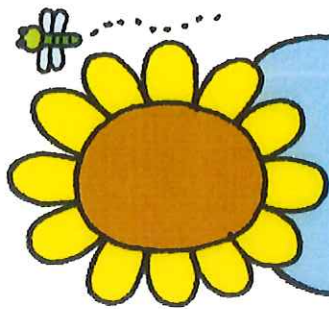


## お願い

- 引き続き、プールの準備とコドモンでの健康チェックをお願いします。  
(検温、○又は×)をお知らせください。
- 持ち物の名前の記入の確認をお願いいたします。
- 爪が長いとケガにつながりますので、こまめにチェックをお願いします。







# くまぐみだより



保育  
目標

○夏の自然に興味を持ち、見たり触れたりして楽しむ。

○夏の生活の仕方が分かり簡単な身の回りの事を自分でしようとする。



## 子ども達の様子

毎日暑い日が続き、子どもたちは水遊び・プール遊びを喜んで  
います。プール遊びの準備も少しずつスムーズになってきました。  
プールでは、顔つけをしたり、ワニ歩きをしたりたくさん水に触れ

て楽しんでいきます。初めは顔に水がかかるのを嫌がっていた子も水に慣れ楽しむ姿が見られました。  
水遊び、色遊びではお店屋さんごっこをして楽しんでいました。今月もまた、いろいろな素材を使っ  
て水遊び・プール遊びを楽しみたいと思います。引き続き、コドモンでの健康チェックをよろしくお  
願いいたします。

## プール、水遊びの様子



## おねがい



- ★水着や着替え等、個人の持ち物に記名をお願いします。  
無記名や消えかかっているものも見られます。
- ★トラブルの原因になりますので爪をこまめに切ってきてください。







# ぞうぐみだより



## ☆保育目標☆

- ・夏ならではの遊びを知り、友達と一緒に遊びを楽しむ。
- ・活動と休息のバランスをしっかりと取りながら、元気に過ごせるようにする。



水遊び楽しいね～♪



発表会に向けて頑張るよ～!



## ☆お知らせ・お願い☆

- ・暑い日が続きますので外で遊んだ後はシャワーをします。毎日フェイスタオルを持ってきてください。
- ・毎週末、シューズや歯ブラシ、コップなどを帰ります。シューズが足に合っているか、歯ブラシが開いていないかなど、ご家庭でも確認をお願いします。







# げんきだよ!

清武社会福祉会  
8月号



夏真っ盛りの今月。毎日プールや水あそびに興じる子どもたちです。この夏もまたコロナ禍で感染対策しながらの生活ですが、安全に気を配り、楽しい思い出をたくさん作っていきたいですね。

## 暑い夏を元気に乗り切るポイント

### 1. 水分補給

大量に汗をかくと、脱水症状を起こし、熱中症の原因にもなります。こまめな水分補給を心がけましょう。



### 2. 皮膚のケア

こまめに汗をふいたり、シャワーを浴びたりして、皮膚を清潔に保ちましょう。

### 3. 紫外線対策

外出時は帽子をかぶり、日焼け止めを塗るなどの紫外線対策も忘れずに。



### 4. 室温管理

高温・多湿など条件がそろえば、室内でも熱中症は起こります。エアコンをじょうずに使いましょう。ただ、冷やしすぎには要注意。設定温度 27~28°Cを目安にしましょう。

## 熱中症の予防対策!!

マスク着用により、熱中症のリスクが高まります。暑さを避け、水分を摂るなどの「熱中症予防」と、マスク・換気などの「新しい生活様式」を両立しましょう。

○屋外ではマスクを外しましょう。

○暑さを避けましょう。(涼しい服装や、帽子の着用。日差しを避け、涼しい場所へ。)

○のどが渇いていなくてもこまめに水分補給しましょう。(塩分補給も忘れずに)

○エアコンを上手に使用し、使用中もこまめに換気しましょう。

○暑さに備えた体づくりと日ごろから体調管理をしましょう。(体温測定と健康チェック)

※マスク着用は感染対策には有効ですが、高温多湿の場所では熱中症の危険が高まります。

※環境省と厚生労働省において、コロナ禍における熱中症予防行動についてのリーフレットが掲載されていますので、ご参照ください。

## 感染症情報

現在、感染性胃腸炎、プール熱、突発性発疹、手足口病、ヘルパンギーナ、アデノウイルスが多くみられているようです。暑さが続き体力が落ちやすくなっています。気になる症状がみられるときは早めに受診をして元気に夏を過ごしたいですね。





# 8月



令和4年8月  
南今泉保育園

暑い日が続いていますね。夏バテにならないように、たっぷりの栄養を摂り、よく遊びよく眠り、体のリズムを整え楽しく夏を乗り切りましょう。



## 水分補給で 熱中症予防を！

熱中症を防ぐためにも、水分補給は大切です。1日に必要な水分量は、乳児で体重1kgあたり約150ml、幼児で約100ml。

熱中症は屋外だけでなく、屋内でも起こることもあります。この時期は汗をかくことを意識して水分をとることを心がけましょう。

食事には、汁物や水分の多い野菜・果物を積極的に取り入れましょう。



## 栄養のバランス～って何？

栄養のバランス～ってよく聞きますよね。でもそれってどういうこと？と考えます。

自動車に例えると～

車の本体が赤の栄養素です。体の筋肉・血液・毛髪などを作ってくれる栄養素。

魚・肉・卵・大豆・大豆製品



3つが揃って車は動きます！

ガソリンが黄色の栄養素です。

車を動かすエネルギー源のガソリン、私たちが活動するエネルギー源です。

ごはん・パン・麺類・いも類です。

運転手さんが緑の栄養素です。

アクセルとブレーキのバランスをとったり、本体の異常を確認したりします。

野菜類・果物です。



一日の食事の中で、5つの味と、6つの色の食品を食べると、バランスの良い食事になるそうです。

5つの味～甘い・酸っぱい・辛い・しょっぱい・苦い

6つの色～白(ご飯など)赤(トマトなど)黄色(卵など)茶色

(肉など)緑(きゅうりなど)黒(のり、ごまなど)



## 夏バテを予防する食材は？

子どもは体温調節機能が未発達で、汗で水分を失いやすく、体調管理には注意が必要です。食べることが体づくりの基本なので、夏バテになる前に、しっかり栄養をとっておきたいものです。

### ○豚肉

たんぱく質とビタミンB1が豊富。

ビタミンB1は疲労を軽減する作用もあるため、暑さに負けない体づくりにおすすめです。



### ○夏野菜

トマトやオクラ、ゴーヤなど

旬の野菜は栄養価が高いので、効率よく栄養がとれます。



### ○大豆製品

納豆や豆腐、みそなどの

大豆製品は、たんぱく質やビタミン、食物繊維が豊富に含まれています。

