



きしほいくえん だより



梅雨空から晴れ間が広がり夏の訪れを感じます。これからプールや水遊び、なつまつりと子ども達の大好きな行事が続きます。この時期気をつけたいことは急な気温の上昇に体が慣れず体調を崩してしまうことです。帽子を被ったり、水分補給をこまめにし体調の変化には十分注意しましょう。

子どもの望ましい姿

- ・夏ならではの遊びを友達と一緒に楽しむ
- ・休息をとり、水分補給をしながら健康に過ごす

7月の行事予定

7月 1日 (金) プール開き
7月 8日 (金) 6. 7月誕生会
7月23日 (土) なつまつり

7・8月の体操教室

7月 4日 (月) ひつじ・きりん・ぞう
7月11日 (月) しか・らいおん・くじら

8月 1日 (月) ひつじ・きりん・ぞう
8月22日 (月) しか・らいおん・くじら

子ども達の大好きなプール活動が始まります

楽しく活動できるよう、朝ご飯をしっかり摂って登園しましょう。

虫刺されに注意しましょう！！

蚊やブヨに刺されると、かゆみの為かきこわし、とびひや感染症の原因になることがあります。虫刺されの予防をしたり、刺された場合は早めの処置をいたしましょう。

今月のうた♪

「アイスクリームの歌」

おとぎばなしの おうじでも
むかしはとでもたべられない
アイスクリーム アイスクリーム
ぼくはおうじではないけれど
アイスクリームをめしあがる
スプーンですくって ピチャ チャ チャ
したに のせると トロントロ
のどを おんがくたいが とおります
プカプカドンドンつめたいね
ルラルーラルーあまいね
チータカタッタッタッ おいしいね
アイスクリームは たのしいね



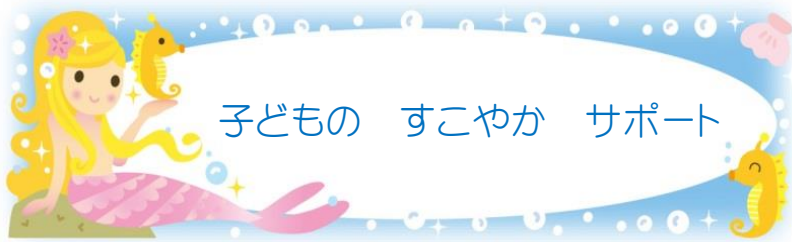
おすすめ絵本

作：五味太郎
出版社：福音館書店



金魚鉢から逃げた金魚が部屋のあちこちに隠れています。その金魚を見つけていく絵本です。絵が中心なので、指差しを覚えた子から年長児も楽しめる1冊です。





子どもの すこやか サポート

<子どもの熱中症を防ぐポイント>

1. 十分に観察する

顔が赤く、汗をかいている場合には、体の深部の体温が高くなっている可能性があります。すぐに涼しいところへ移動します。

2. 涼しい服装

放熱を促進する服を選んで着せます。環境条件に応じた服の調節をしましょう。

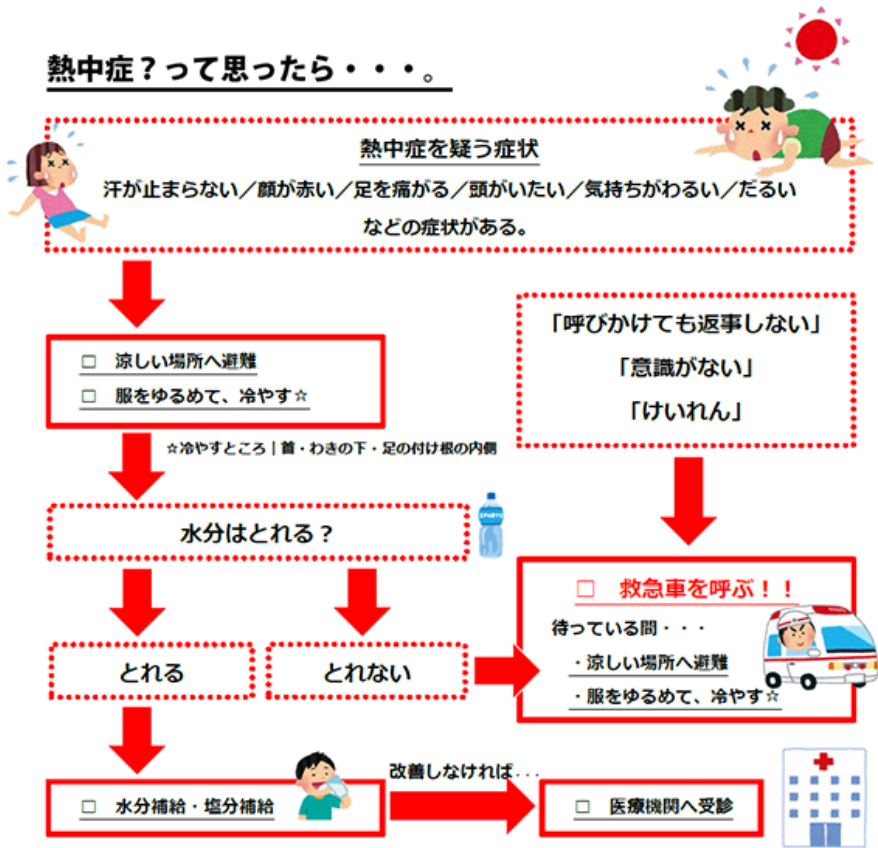
3. こまめに飲水を

のどが渇く前から、こまめに水を飲みましょう。

4. 暑さに慣れさせる

日ごろから外遊びを行い、注意しながら暑さに慣れさせます。暑い時は日陰を選んで遊ばせましょう。

熱中症？って思ったら・・・



おきゅうしょく ぱくぱく すくすくの おてつだい

日増しに暑くなってきましたが、子ども達は元気いっぱい遊んでいます。たくさん体を動かしてお腹がぺこぺこになるのでしょうか。お友達との会話もしばし忘れて、夢中で給食を食べる姿が見られます。「おいしかったー！」「もう食べ終わったよ！！」と嬉しそうに空っぽになったお皿を見せてくれます。さて、梅雨が明けるとともに本格的な夏を迎えます。この時期は急に暑くなるため、水分ばかり取りがちになり、食欲が落ちやすくなります。そのため、さっぱりして食べやすいメニューや栄養豊富な旬の食材を取り入れた献立になっています。暑い夏を乗り越えられるように、いっぱい食べて丈夫な体づくりをしていきましょう。

夏を元気に過ごすためには...

- ①水分補給を十分にしましょう（ジュースやスポーツドリンク飲料はほどほどに...）
- ②1日3食、いろいろなものをバランスよく食べましょう！
- ③睡眠時間をとりましょう！

特に朝ごはんは、1日の活動のエネルギーとなるため大切です。しっかり食べ、眠った脳にスイッチを入れて登園しましょう！！

