

すまいる保育園 平野  
平成30年6月25日(月)

ムシムシとしてつらい季節ですが、もうすぐ梅雨も明け、本格的な夏がやってきます。急に気温や湿度が高くなりますが、体調を崩さないように気を付けましょう。

そして、いよいよ子どもたちが大好きな水遊びの季節がやってきます。カップやジョウロ、バケツで水をすくったり出したりと、みんなで楽しく遊びたいと思います！



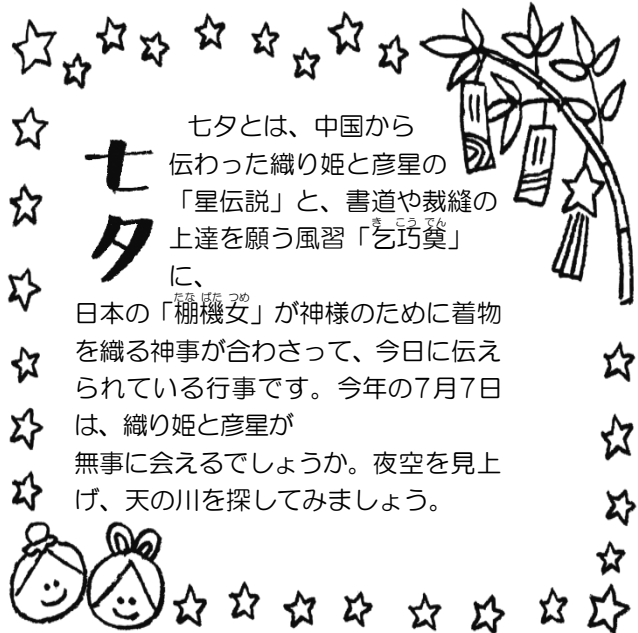
7月のねらい ☆水、泥など季節の遊びを楽しむ。

☆夏に多い感染症に気を付け早期発見に努める。

- 0歳児 水あそびを通して水の感触を味わいながら遊ぶことを楽しむ。
- 1歳児 保育者や友だちと夏の遊びを十分に楽しむ。
- 2歳児 ゆったりとした生活の中で夏を元気に過ごす。



- 6日(金) 七夕の集い
- 11日(水) 発育測定
- 18日(水) 加美第一保育園  
交流会
- 20日(金) 末次保育園交流会
- 26日(木) 避難訓練予定
- 27日(金) お誕生日会



七夕とは、中国から  
伝わった織り姫と彦星の  
「星伝説」と、書道や裁縫の  
上達を願う風習「乞巧奠」  
に、  
日本の「棚機女」が神様のために着物を織る神事が合わさって、今日に伝えられている行事です。今年の7月7日は、織り姫と彦星が無事に会えるでしょうか。夜空を見上げ、天の川を探してみましょ。

☆今月の保育料の引き落としは6日(金)です。ご準備のほどよろしくお願ひします。



## 水遊びがはじまります！

梅雨の晴れ間は、夏本番のように暑くなります。6月末には子どもたちが楽しみにしているプール遊びが始まります。プールセットの準備をお願いします。元気に楽しく遊ぶためにも、規則正しい生活を心がけましょう。

- 早寝・早起きをする
- 朝ごはんをしっかり食べる
- 排便を済ませる

この3つを心がけて、登園してくださいね。



### こんな時は水遊び、シャワーはできません！！

- 感染症が疑われる(熱がある、風邪気味、咳、鼻水がひどい、下痢等)
- 前日の便の状態が下痢の場合も見合わせる
- 中耳炎等
- 外傷やとびひ、化膿性の皮膚疾患がある
- ※水いぼがある場合は要相談
- 風邪等で薬を服用中の場合

水の汚染防止で大部分の病原体に対して消毒効果のある塩素もいれて、活動しています。

### 水遊びの時の持ち物

- フェイスタオル 1枚
- 綿のパンツ(入水時はきます) 1枚
- Tシャツ 1枚

☆上記のものをプールバックに入れて持ってきて下さい。ビニール袋等のご遠慮ください。



## 夏を乗り切ろう！

\* 暑い日が続くと食欲が落ち、つい冷たい飲み物や食べ物をとりがちになります。暑さの影響により、消化器官の働きが弱まるためです。糖分のとりすぎにも気をつけながら、食事内容を工夫したり、清涼飲料水よりもお茶や水などで水分補給したりして、夏を乗り切りましょう。



## ネバネバで夏バテ予防

ヤマモ・オクラ・モロヘイヤ・モズク・ワカメなどの食材に共通しているのは、ネバネバしていることです。ネバネバの成分は水溶性食物繊維で、腸内環境をよくする働きをしてくれます。暑い日には、口当たりやのど越しがよく、食が進むネバネバ食品を一品加えてみるのもいいですね。

