

8月

令和2年8月3日

ちびっこの森通信 vol.39

★★今月のテーマ★★

- ・ 休息を取りながら、暑い夏を健康に過ごす
- ・ 友だちや保育者と一緒に、夏ならではの遊びを楽しむ



～今月の園内学習～

- ・ 足し算…4の段
- ・ 掛け算…3の段
- ・ 歴史カード…「源義経」ほか
- ・ 国旗カード…アジア
- ・ 絵画カード…「当時三美人」他
- ・ 地理カード…九州地方
- ・ 声に出して読みたい日本語
- …「吾輩は猫である」「十二支」他



～行事予定～

- ・ 書道教室…6日・12日・20日・27日
- ・ 英語教室…18日
- ・ 避難訓練…28日
- ・ 身体測定…18日[未満児]
19日[以上児]
- ・ リトミック… 24日[0・1歳児/2歳児]
25日[3歳児/4・5歳児]
- ・ 体操教室… 4日[2歳児/4・5歳児]
6日[0・1歳児/3歳児]
- ・ 誕生日会…28日
- ・ 夏まつり… 21日

♪今月の歌♪

- ◇おばけなんてないさ
- ◆アイアイ
- ◇みずあそび
- ◆くじらのとけい

～感染症による「夏風邪」に注意～

夏に子どもがよくかかる「夏風邪」には、主としてヘルパンギーナ、手足口病、咽頭結膜熱や流行性角結膜炎の4つがあります。

【養生ポイント】

1. 休養と栄養、水分補給で自然回復
2. 感染予防の為、うがいと手洗いの励行
3. 自然治癒後もウイルスは暫く排せつ物などに残存していますので注意で行きましょう。



0～1歳児だより



プール開きの先月、コロナ禍と長引く梅雨で思う存分の水遊びがままならない1ヶ月となりました。そんな中、梅雨の中休みには、開放的な室外でダイナミックに水をバシャ、バシャして遊んでいます。夏の風物詩のスイカを堪能したり、七夕会では、笹飾りにペープサートの出し物やお兄ちゃん&お姉ちゃんと一緒にゲームで大盛り上がりでした。このような異年齢関わり合いでは、年長児がお昼寝や給食時にお助け隊として未満児のお世話をすることを勝手出してくれ、より関係が密になっているのが何よりと感じています。本格的な夏到来も間近、涼をとり、よく食べ、よく寝て、元気に過ごしていきたいと思



2～3歳児だより



しぶとい梅雨の居座りで思うような水遊びが出来ず仕舞い…先月末にようやく梅雨明けとなり、今月は、いよいよ水遊び三昧が出来そうです。さて夏を先取りし、夏バテ予防からスイート・ウォーターメロンに舌鼓を打ち、みんなで元気チャージをしました。室内では英語、体操にリトミックと元気に楽しいひとときを過ごし、梅雨の中休みには室外で水鉄砲やお手軽・手作りシャワーで水遊びを楽しみました。最後は、頭からみんなで室外シャワーで汗ばんだ身体をキレイさっぱり洗い流し、ジメジメとした気候を吹き飛ばしていました。この夏は、コロナ禍に熱中症、さらには食中毒と気をつけなければならないことだらけですが、“うがい”、“手洗い”&”思いやり”そして(定期的な)室内換気で保育環境を整え、楽しく元気に過ごしていけるようにしていきたいと思



4～5歳児だより



かなり右往左往の梅雨に振り回された先月ですが…七夕会には、農園のおじいちゃんの笹プレゼントのサプライズからスタートし、いろんな出し物やゲームで盛り上がりました。おまけに、未満児との交流もあり、楽しい七夕となりました。室内では相変わらず、従来の遊びに加え、創作活動を楽しんでいました。室内の沐浴に加え、室外では大胆なホースシャワーでキャッ、キャッと歓声を上げ、楽しんでいるのが印象的です。年長児は、未満児にとって心のより所となっていることから、お昼寝やおやつ等の面倒をみるお助け隊の活動は相互にいい効果が期待できるので今後も取組んでいてもらいたいなぁ〜と大いに期待しています。これから夏まつり等のイベント準備も佳境ですが、大いに夏を満喫し、元気に過ごしていきたいと思



給食だより ～”食う、寝る、遊ぶ”+夏野菜de元気に!!～



梅雨が明け、いよいよ夏本番。ジメジメの梅雨も堪えますが…ギンギン・ギラギラの陽射しで気温はうなぎ上りに上昇し、外気と室内の温度差は大量の発汗を伴い、体内のミネラルバランスや温度調整機能が崩れがちになり…そうすると、つつい冷たいものに手が伸び、胃腸機能が低下し食欲減退へと陥りがちになり、ついには“夏バテの道”へと突き進むこととなります。その予防策は、“食う・寝る・遊ぶ”の規則正しい生活から育まれる体内の免疫力の維持強化が何よりも大事。次に、たんぱく質、ビタミンB群、ミネラルやビタミンCといった)必要な栄養素をしっかり摂取する、エネルギーチャージが必要。特に、鉄、たんぱく質、ビタミンB群、その他ミネラルが豊富なレバー、うなぎに枝豆がおすすめです。また、夏の体温をクールダウンしてくれるのに一役買ってくれ、夏に”旬”を迎える野菜群。ご存知のピーマン、なす、トマト、きゅうりにオクラなどですね。さらには、彩りのいいパプリカにはビタミンCが多く含まれ、他にもビタミンAやEといった抗酸化ビタミンも豊富なのでさらにおすすめです。これらの野菜パワーを味方に、“よく食べ、よく遊び、よく寝る”のサイクルで暑い夏を元気に過ごしていきましょう!!