

たんぼぼ組

〔保育目標〕

- ◇ 保育士や友達と一緒に夏の遊びや自然、行事を楽しむ
- ◇ 夏の生活の仕方を知り、身の回りのことを進んでしようとする

プール遊びや泥んこ遊びなど夏ならではの活動をみんなで楽しみたいと思います。プールの準備や片付け、着替えなどの身の回りのことをできるよう、難しいところは一緒にいながら進んでできるようにしていきたいです。

〔クラスの様子〕

友達に優しくしたり、できた時に「どうぞってできたよ!」とうれしそうに教えてくれたり、「ごめんね」「ありがとう」と伝えることができるようになってきたたんぼぼさん! 生活の中でたくさんやりとりをして言葉のやりとりや行動で優しい気持ちを育んでいきたいです。

〔お願い〕

- ・プール遊びで使用する水着や帽子は自分で着脱できる物にして家庭で練習をしてから持ってくるようにしましょう。
- ・パジャマへの着替えの練習も進めていくので、保育園用のパジャマで着脱の練習をして頂きますようご協力をお願いします。



ちゅうりつ組

〔保育目標〕

- ◇ 生活に必要な挨拶などをしぐさや片言で表現しようとする
- ◇ 保育士や友達と一緒に夏ならではの遊びを楽しむ



「おはよう」や「いただきます」「ごちそうさま」などの挨拶を言葉やジェスチャーで表現できるようにしたいと思います。また、ビニールプールで水遊びをしたり、泥んこ遊びなど夏ならではの遊びを全身で楽しみたいですよ!

〔クラスの様子〕

好きな遊びを見つけて夢中で遊んでいます! 「おいで」と友達を呼んだり、手をつないで「さんぽ」を歌ったりと友達との関わりも見られるようになってきました。まだ言葉より先に手が出てしまったり、玩具の取り合いが多いです。その都度関わり方を知らせ、友達に優しく関われるようにしていきたいです。

〔お願い〕

- ・ズボンの上げ下げ、靴の着脱を練習しています。お家でも見守りながら練習を進めて下さい。

すみれ組

〔保育目標〕

- ◇ 保育士や友達と夏の季節を感じながら快適に過ごす
- ◇ ごっこ遊びを通して友達と言葉のやりとりを楽しむ

いよいよ夏本番! 水を使った遊びを通してダイナミックに楽しみたいですよ。ままごとやお店屋さんごっこなど、言葉のやりとりをしながら楽しめる遊びも取り入れていきたいです。

〔クラスの様子〕

先日、粘土遊びをしたところ一人ひとりが夢中になり黙々と遊んでいました。自分なりにイメージしたり、たくさん手先を使った活動をこれからも楽しんでいきたいです。お家でもぜひ一緒に粘土遊びをしてみてください。

〔お願い〕

- ・6月29日(月)より水筒を使用します。朝の荷物出しの時にカゴに入れてもらうようになります。引き続きお家で水筒の練習をお願いします。



つぼみ組

〔保育目標〕

- ◇ 一人ひとりの健康状態に留意しながら暑い季節を快適に過ごせるようにする
- ◇ 安全な環境の中で、夏ならではの遊びを楽しむ

水遊び、プール、泥んこ遊びなど、夏ならではの遊びを十分に楽しめるように、安全に配慮しながら、それぞれのペースで遊べるように関わっていきます。

〔クラスの様子〕

お散歩大好き! お外大好き! のつぼみ組さん。お散歩で色々な自然物を発見し、指をさしたり保育者と目を合わせて共感したり、乗っているだけだったお散歩から、周りの物、景色に興味を持ち表情豊かにお散歩を楽しめるようになってきました! 次はプールが始まります! どんな表情で楽しんでくれるか楽しみです♡

〔お願い〕

- ・つめはこまめに切ってください。





給食だより



梅の木保育園 7月号

梅雨が明けると夏も本番となります。この時期は、急に暑くなるために食欲が低下して水分ばかりをとりがちです。暑さ対策をしっかり行い、暑い夏を乗り切りましょう。

冷たいタオルで顔や手足を拭くだけでも、さっぱりして気持ちよく過ごせます。

また、プール開きの季節です。子どもたちが大好きなプール(水遊び)ですが、プールは思った以上に体力を消耗します。プールを楽しむためにも、心がけてあげたいのが十分な睡眠と朝食です。ご家庭でのご協力をお願いいたします。

汗をかいたらしっかり塩分摂取！

汗をかくと、体の中の塩分も一緒に出てしまいます。少し運動した程度では水分補給だけで充分ですが、暑い日やたくさん遊んだあとは、水分だけでなく塩分も補いましょう。みそ汁や梅干しなど、普段の食事でも無理なくとるのがおすすめです。



体を涼しくする夏野菜

きゅうり・トマト・すいかなどの夏野菜には水分がたっぷりと含まれていて、汗で出た体の水分を補い、体を冷やす作用があります。また、利尿作用があり、とりすぎた水分を体の外に出してくれる働きもあります。夏野菜で体を涼しく保ちましょう。



体調不良のときの食事

子どもはよく風邪をひいたり下痢や便秘になったりします。体調不良のときはいつもの食事ではなく、症状に合わせた食事を与えるようにしましょう。

- ・下痢…刺激のない消化の良いものを。下痢で水分が排出されるので、水分補給のために白湯やほうじ茶、電解質飲料などを与えましょう。
- ・便秘…食物繊維の多い食事を心がけ、水分補給と運動をしましょう。
- ・発熱…水分補給をしっかり行い、胃腸に負担のかからない消化の良いものを与えましょう。

子どもと一緒に

食べものクイズ

Q セタの日に食べるめんは？

①うどん ②そば ③そうめん

A 答えは③。細く長い形に、健康や長寿の願いを込めてセタに食べます。食欲がないときにさっぱり食べられるため、夏バテ予防にもぴったりです。





暑い日が続いていますね。この時期は気温差や、室内外の温度差で体調を崩しやすいです。更に夏の感染症が出てくる時期でもあるため、体調管理と感染症予防に配慮して元気に過ごしましょう。

～ 高熱に注意!! 夏風邪 ～

夏風邪を起こすウイルスは、冬のものとは異なり、高温多湿を好むタイプです。夏に流行する主な病気に、**手足口病**、**ヘルパンギーナ**、**咽頭結膜炎(プール熱)**などがあります。

手足口病は、その名の通り、手足口に発疹ができます。最初の1～2日目に熱が出ることもあります。

ヘルパンギーナは、39～40℃の高熱が2～3日続き、喉の奥に小さな口内炎が多数できます。

咽頭結膜炎は、38～40℃の高熱が3～7日、喉の痛みが3～5日続きます。目の痛みや痒みもあり、目やにが出ます。嘔吐や下痢を伴うこともあります。

【登園の目安】

(郡山市保育課 令和8年7月ほけんだより参照)

○手足口病

- ・解熱後1日以上経過し、口腔内の発疹の痛みがおさまって普段の食事が食べられるようになること
- ・機嫌が良く、普段通りに遊べて睡眠がとれること
- ・新しい発疹が増えておらず、痛みや痒みで生活に支障がないこと

○ヘルパンギーナ

- ・解熱後1日以上経過し、普段の食事が食べられるようになること

○咽頭結膜炎

- ・主な症状が消失して2日を経過すること

病気	目立つ症状	ポイント
手足口病 	手・足・口の発疹、口内炎 	熱は軽めのことも。 口が痛くて飲めないことに注意 
ヘルパンギーナ 	高熱、のどの奥の水疱・潰瘍 	突然の高熱とのどの痛みが目立つ 
咽頭結膜熱 	高熱、のどの痛み、目の充血 	熱が4～5日続くことがある。目の症状もポイント 

迷ったら、**水分**がとれているか・**元気**があるかをチェック。
心配なときは早めに受診を。



【お知らせ】

内科健診・歯科検診が終わりました。

内科健診では早急に受診を要する診断を受けたお子さんはいませんが、肌の乾燥を指摘されたお子さんが多い印象です。皮膚が乾燥すると、かさつきや痒みなどトラブルが起きやすいので、適切な保湿を心がけましょう。

歯科検診では、泣いてしまったお子さんもいましたが、みんな頑張って大きく口を開けて診てもらうことができました。着色や磨き残しの指摘を受けたお子さんが多くいました。歯ブラシの当て方や磨き方をお家でも確認しながら丁寧に磨きましょう。

保護者の方の仕上げ磨きも大切ですので、意識して磨くようにしましょう。

11月の歯科検診後、虫歯のなかったたんぽぽ組、ゆり組、ひまわり組のお子さんへ、良い歯の表彰をします。

虫歯のなかったお子さんだけでなく、虫歯の治療済みのお子さんも表彰の対象となりますので、虫歯があったお子さんは出来るだけ早く受診をして診てもらいましょう。

結果は【そだてのしるべ】に記入をしていますので、必要時にはご確認ください。

次回の健診は以下の日程です。

★内科健診

10月27日(火曜日)13時～

★歯科検診

11月18日(水曜日)9時30分～

発育測定後にも、【そだてのしるべ】を配布しますので、お子さんの成長をご確認ください。その際に、予防接種や各種健診を受けたお子さんは、裏面の予防接種一覧の表に、日付のご記入をお願いします。