

7月★園だより



西大井
えほん保育園

園長 野地昭子

(ペアレンティング・・・簡単に言うと「親として子供を育てる」という意味です。)

思い通りになんて育たない(反ペアレンティングの科学):アリソン・ゴブニック著より

子どもたちにとって、特に重要な学習の一部は、教室以外で行われている。それはたとえば昼食時や授業の合間の休み時間、廊下を歩いているときやバスにのっているときに起こる。(中略)学齢期における最も大きくて難しい変化は、その子にとっての生活の中心が保護者から、周りにいるさまざまな立場の人になることだ。それは友人、敵、リーダー、(中略)といった、大人として私たちの生活に大きな影響力を持つ人々だ。

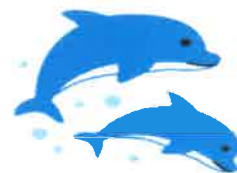
皮肉なことに、典型的な教育方法では、こうした教室以外での学習を単なる娯楽、ときには問題として扱うが、発達という視点から見るとこれらは何よりも重要である。

私たち、日常の保育でも「思い通りになんていかない」が常です。そして、子どもたちから教えられることがいっぱいあります。今月は「保育士体験月間」です。私たちと一緒に園生活を体験してください！お待ちしております。

園の目標

- ◆ 明るく元気にあいさつのできる子
- ◆ 笑顔いっぱい友だちとなかよく遊ぶ子
- ◆ 相手のお話を聞こうとする子

ありがとう
ございました



夏祭り使用の廃材や水遊び用のバスタオルのご協力を
ありがとうございました！

楽しい「にじのまち」になりますように！

今月の行事予定

- 1日(月) 避難訓練(近隣火災)
- 4日(木) 全園児歯科検診10:00
- 6日(土) わくわくなつまつり
10:00~15:00
- 8日(月) 幼児:プール開き
- 17日(水) にじぐみ開放日(一般)
10:00~12:00
- 20日(土) えほんのへや開放日
一般10:00~13:00
卒園児14:00~16:00
- 国際交流(ファンホ先生)毎週金曜日
- 幼児体育(PM) 3日(水)・10日(水)・24日(水)

ご意見や苦情等はありませんでした。



報告

普通救命救急講習会受講しました！

6月22日(土)今年で1年目と有効期限がくる職員、合計10名が受講しました。

新しい絵本が入ります
文字のない絵本です。

7月中旬頃を
予定しています



コドモン連絡の再再度のお願い

降園予定時間や欠席の連絡を受けて食数や職員の体制を整えています。9時までの入力にご協力ください。また、降園予定時間より15分以上遅れる場合は電話で変更の連絡をお願いします。職員の体制変更をすることになりますので早めのご連絡をお願いします。度々のお願いで申し訳ありません。



えほんだより 7月



西大井えほん保育園 主任 富岡慶子

もうすぐ子どもたちが楽しみにしている夏まつりがあります。去年と同じように自分の「すき」をたくさん見つけてもらう夏まつりにしたいと考えています。今年のテーマは「色」です♪
色に親しむ遊びを通して、たくさんのわくわくを感じ、親子で思いきり楽しんでもらえたら嬉しいです。

今月のおすすめ絵本

テーマ「色に親しむえほん」

色ってふしぎ！色っておもしろい！色に親しむ絵本を通して、
いろいろな発見ができるかもしれません♪



混ざり合う色は、心のつながり
溶け合って、わかり合う
シンプルだけど奥が深い絵本

じぶんだけのいろ可哀相なカメレオンは一つの
悩みを持っていました。どうして他の動物のように、
自分の色が無いのだろうか？ 大人の方にも読んで
もらいたい絵本。

しぶんだけのいろ
いんりん せうじつ カメレオン 著
あかね 文庫



カラフルな色たちもいいけれど、
くろくんだってすごいんだ！
それぞれの良さに気付ける絵本

☀今月のにじぐみ&えほんのへや&卒園児カフェ☀

にじぐみ → 17日(水) 10:00~12:00

えほんのおへや → 20日(土) 10:00~13:00

卒園児カフェ → 20日(土) 14:00~16:00

※卒園児のみんなはこの時間にあそびにきてね☺



7月のほけんだより

2024年7月1日発行
西大井えほん保育園
看護師 前田快英

雨の合間の晴れた日には、夏の日差しが降り注ぐようになりました。一気に暑さや湿度が増し、身体がまだ暑さに慣れていなかったりと体調を崩しやすい時期です。体力や食欲が落ちたり、睡眠時間も不十分だったり夏バテや熱中症に気を付けてほしいときです。体調に気をつけて、夏の暑さを楽しみましょう！

☆夏の感染症について☆

すでに「手足口病」流行の報道もあります。手足口病・ヘルパンギーナは『夏風邪』と呼ばれるウイルス性の病気です。どちらも同じ「エンテロウイルス」の一種なのですが、このウイルスにはいくつかの型が存在するため、何回もかかってしまうことも珍しくありません。保育園内での感染拡大防止のため、早期受診にご協力をお願いします。罹患後の登園時には、登園届（保護者記入）を提出ください。

ヘルパンギーナ

突然の高熱と喉の痛み、口の中の水ぼう、口内炎が特徴です。症状が軽ければ1～4日くらいで解熱します。⇒登園の目安は、発熱がなく、口内炎の影響なく普通の食事が取れること。



フール熱

高熱が3～5日くらい続き、喉の痛み、目の充血やかゆみなど結膜炎のような症状も出ます。⇒登園の目安は発熱や充血などの症状が消え2日経過してからです。プール熱は医師許可書が必要です。

手足口病

手の平、足の裏、口の中などに水ぼうがで、発熱することがあります。食事は喉越しのよい物を食べましょう。⇒登園の目安は発熱がなく、口内炎の影響なく普通の食事が取れること。



夏のすべり台の表面は何度？

答えは… **約70度**

●7月のよく晴れた日（気温31度、湿度45%）の調査では、

すべり台：70.5度

ベンチ：58.1度

地面：69.6度

になっていたそうです。



日差しに熱せられた遊具やアスファルトは、人の体温よりもはるかに熱くなっています。「すべり台にのって、足をやけどした」「転んで地面に手をついたら、真っ赤になった」などの事故が実際に起こっています。外で遊ぶときは、熱中症対策はもちろん「やけど」にも注意しましょう！



熱中症対策について

①水分補給のタイミング

大人の体をぎゅっと小さくしたのが子ども…ではありません！！子どもの体は大人に比べ、

- ・心拍数は約1.5倍
- ・体内の水分量の割合は約1.3倍
- ・地面から受ける照り返しは+3℃

⇒たくさんの水分が必要な体は、失う水分も多いのです。

⇒こまめな水分補給を忘れずに！！

喉の渴きをうまく伝えられない子もいるので、起床後・入浴後などタイミングを決めておくとういでしょう。

②水分補給時の飲み物

現在、乳幼児用のイオン飲料（電解質飲料）が色々と販売されています。イオン飲料は飲みやすく食欲のない時にも飲んでくれるので、病気の時などにはとても便利な飲み物です。しかし、

糖分が多く入っているため飲みすぎると、虫歯や肥満、偏食などの原因にもなります。食べ物を摂取できる状況であれば、水やお茶で水分補給をしましょう。また、イオン飲料と経口補水液は別物です。

③保育室内の室温管理

園では室温を外気との差が5度以内になるように、エアコンの調整等をしています。また、湿度が高い場合にはドライ設定を使用したり、プール遊びの前後は窓を開け外気を部屋に入れたり、工夫をしています。同じ室内でも、汗をかいているお子さんと手足が冷たいお子さんがいることを考慮しながら、汗拭きや衣服の調整をしていきたいと思います。吸水性や通気性の良い肌着を着用し、上には袖なしノースリーブより半袖のTシャツ方が体が冷えにくいでしょう。





給食だより



西大井えほん保育園

鈴木ひな乃

梅雨が明けると本格的な夏がやってきます。保育園ではプールが始まり、夏まつりや七夕など子ども達にとって楽しみが多い季節になりますね。しかし、年々酷暑となっている日本の夏。注意しなければいけないことも多くあります。例えば熱中症です。大人でも倒れてしまう人が増えている中、子どもにはいっそうの注意が必要です。こまめな水分・塩分補給を心がけましょう。



七夕



地方によって多少違いはありますが、七夕の料理といえば“そうめん”や“ちらし寿司”ではないでしょうか。

そうめんを天の川に見立てて、オクラやきゅうりやトマトなどをトッピングすると

目で見て楽しめるだけでなく、夏バテを予防する栄養素も摂取できるのでおすすめです☆

オクラは約90%が水分で構成しており、摂取することで水分補給になります。また、粘着物質が消化器官を保護し腸の調子をよくしてくれることで栄養の吸収率も上がり、夏バテ予防の食材として期待できます。

切り口が星型のため、「七夕に食べて願いを天に届ける」という言い伝えもあるようです☆



夏野菜

太陽の光をたっぷり浴びた夏野菜は色鮮やかで、旨みもぎゅっと凝縮されています。

汗をかくと、体調管理に欠かせない栄養素であるカリウムなどのミネラルが失われてしまいます。

夏を乗り切る栄養素がたっぷりと含まれているため、積極的に食卓に取り入れていきましょう。

《トマト》



赤い色素リコピンは抗酸化物質で紫外線による肌へのダメージを抑制する働きがあります。また、加熱や油を使った調理で吸収率が高まります！

《きゅうり》



カリウムを多く含み、余分な塩分や水分を体外に排出してくれます。同時に体の熱を逃がして体温を下げる働きがあります。

《パプリカ》



夏野菜の中でも特にビタミンCが多く、レモンの約1.5倍、ピーマンの約2倍以上です！日焼けをした肌や体の調子を整えてくれます。

《とうもろこし》



とうもろこしの糖質は消化吸収が非常に速く疲労回復に効果的です。食物繊維も豊富で腸内環境も整い便秘解消にもなります！

～7月の行事食～

5日（金）七夕献立

- ・鶏そぼろ丼
- ・和風サラダ
- ・そうめん汁

24日（水）鳥取県の郷土料理

- ・わかめご飯
- ・じゃぶ
- ・和風サラダ
- ・メロン

～7月の農園野菜～

- ・じゃがいも
- ・ピーマン
- ・なす
- ・かぼちゃ



7月から給食に「すいか」が出ます！「すいか」は他の果物と比べるとカロリーが低く、全体の90%以上が水分です。そのためのがてく暑い季節にぴったりです。また、ビタミンCも多く、夏の強い日差しによる肌荒れやシミ予防にもつながります。



JULY Newsletter



7月のイングリッシュタイムのテーマは「Sea animals」です。海に数えきれないほどの生き物が住んでいます。タツノオトシゴや、カニを見たことがありますか。イルカと泳ぐのは楽しいですが、クラゲとサメに気を付けましょう！

Word

カタカナはネイティブの正しい発音です。試してみてくださいね



Dolphin
ドルフィン



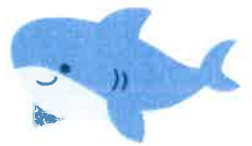
Octopus
オクトパス



Turtle
タートル

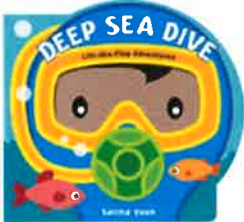


Jellyfish
ジェリフィシ



Shark
シャーク

Book



Deep Sea Dive by Salina Yoon
海の底にはどんな生き物が住んでいるか教えてくれる、幼児向けの絵本です。

Season

夏になるとビーチに行って、アイスクリームを食べたくなりますね。「It's sunny today!」と「I want to swim!」はこの季節にぴったりなフレーズです。



Game

Sea Animal Peek a Boo!

海のサンゴや海藻の中にはどんな生き物が隠れていますか。「Peek-a-Boo!」と言うと、さまざまな生き物が出てきます。出てきたら、挨拶をしましょう！ Hello dolphin!



Song



♪ **If You're Happy- Super Simple Songs**
「幸せなら手を叩こう!」の英語版の楽しい歌

♪ **Baby Shark - Pinkfong**
みんなの大好きなサメの家族の歌

Try at Home!

I'm a Fish !

お部屋の中が海になりました! 好きな生き物を選んで、真似をしてみてください。お魚はどんな動きをしますか? イルカはどんな鳴き声ですか? ダイナミックなゲームで新しい単語を覚えていきましょう。



JULY Newsletter

7月のイングリッシュタイムのテーマは「**Summer and Summer activities**」です。夏を楽しめるアクティビティが盛りだくさん！ハイキング、海で水泳、山でバイク、好きな本の読書でも、どれをしたいですか？夏休みの予定を立てましょう。

Word

カタカナはネイティブの正しい発音です。試してみてくださいね



Summer
サマー



Sand Castle
センドキャッセル



Sunglasses
サングレーシズ



Hike
ハイク



Fish
フィシ

Book



The Whale in my Swimming Pool by

Joyce Wan

おうちのプールにクジラが現れたらどうしますか？この面白い絵本を読んでみたら分かります。

Season

夏になるとビーチに行って、アイスクリームを食べたくなりますね！「It's sunny today!」と「I want to swim!」はこの季節にぴったりのフレーズです。



Game



Beach Time Fun!

海に遊びに行きましょう！カバンに必要な物を入れて、バスに乗って、出発！バスの中ではどんなゲームをして過ごすのか皆で決めましょう。

Let's surf at the beach!

Song



♪ **Let's Go to the Beach— Maple Leaf Learning**
海の生き物がたくさん出ているスローな歌

♪ **Summer Song- The Singing Walrus**
夏のアクティビティの歌

Try at Home!



Concentration game "Sea Animals":

友達と輪になって手を2回ずつたたきながら、海の生き物の名前を順番に言っていきます。自分の番の時に何も言えなかったら、アウト！集中して、たくさんの生き物の名前を頑張って思い出しましょう。

