



# 8月 えんだより

## 暑中お見舞い申し上げます

入道雲がもこもこと湧き上がって、暑い夏がやってきました。プールでは、そっと水の中に足を入れ、水しぶきに顔を背けていた子ども達も少しずつ水に慣れてきました。子どもは何かのきっかけで、自分の力をフルに出せる力を持っています。その時期や事からは、その子どもによってさまざまですが、伸びようとする時の芽を見逃さず援助していきたいと思っています。暑さのせいで体も疲れぎみの子どももみられます。暑い夏を乗り切れるようご家庭でも休息時間を大切にしましょう。



## 今月のわらい



つくし

- ・保育教諭との安定したかかわりの中で、興味のある遊びを十分に楽しむ。
- ・水の心地よさや感触を感じながら積極的に水遊びを楽しむ。



れんげ

- ・保育教諭と一緒に全身を使って、夏ならではの水あそびや感触あそびを楽しむ。
- ・排泄の際の簡単な着脱などを生活の中でくり返し、スムーズに行えるようにする。



たんぽぽ

- ・保育教諭や気の合う友だちと、夏ならではのあそびを存分に楽しむ。
- ・生活リズムを大切にしながら十分な休息をとり、暑い夏を元気に過ごす。



## 水分のとり方に気をつけましょう

暑い季節、体は汗をかくことで、皮膚から熱を奪って体温を下げようと機能します。子どもたちは長時間汗をかいても遊びに夢中で、のどの渇きに気づきにくいことがありますので、以下の事に気をつけましょう。

- ①牛乳やジュースは消化に時間がかかるので避け、水かお茶をゆっくりと飲む。
- ②飲み物は冷やし過ぎない。
- ③一度に大量に飲まない。
- ④運動の前後にこまめに水分を摂取する。という4つの点に注意しましょう。また、乳幼児の体の水分の割合は、体重の70~80%といわれています。運動をしなくても、汗や呼吸、尿によって水分は失われていきます。体内の水分が不足すると、夏バテや便秘などの不調が現れます。暑い夏にはしっかりとお茶や水を飲ませ、水分補給をしましょう。ただし飲みすぎには注意が必要です。体調の変化に気をつけ、暑い夏を健康に乗り切りましょう。



## 今月の行事予定



にじ



ほし

- 【3歳児】・衣服の片付けをていねいにする。
- ・保育教諭や友だちと、イメージを広げながら、夏ならではのあそびを楽しみ、解放感を味わう。

- 【4歳児】・夏の生活の仕方がわかり、身の回りの始末を自分でする。
- ・水あそびを通して、工夫したり試したりすることを楽しむ。

- 【5歳児】・夏の生活に必要な身の回りのことをすすんでする。
- ・夏のあそびを十分に楽しみ、発展させていく。

月	火	水	木	金	土
			1	2 ★	3
5 ★	6 つくし組 身体測定	7 ★	8 れんげ組 身体測定	9 ★	10
12 振替休日	13	14	15	16 ★	17
19 ★ にじ組・ほし組 身体測定	20 たんぽぽ 身体測定	21 誕生会 ※プールはお休みです	22	23 ★	24 第4土曜日 15:00
26 ★	27 避難訓練	28 ★	29	30 ★ フール納め	31

★はフールあそびです。水着の準備をお願いいたします。