

7月の園だより



令和 6年 6月28日
社会福祉法人 まほろば
湊 こども園

園庭では、クラスで育てているアサガオや夏野菜が生長し、保育者や友達と観察しながら夏の季節を感じ取っているようです。先月末からプール遊び・水遊びがスタートしました。初日はぶどう組のプール入水で、水着を着用し入水時の約束を守りながら、友達や保育者と全身で水の感触を楽しんでいました。安全面に留意しながら進めていきたいと思えます。登園時の準備物が増えますが、よろしくお願ひいたします。また今月は夏まつりをおこないます。年齢ごとに分かれての参加になります。ご家族皆様でお越しいただき、お子様と一緒に夏のひとときを楽しんでいただければと思えます。そしてこれからの季節外気温と室内温との差で疲れやすくなります。食事と睡眠を十分に摂って元気な身体で暑い夏を乗り越えていきましょうね。

園長

7月の行事予定			16	火	
1	月	身体測定(～5日) 清掃デー 園庭開放	17	水	体育教室
2	火		18	木	
3	水	体育教室	19	金	
4	木		20	土	デイキャンプ(5歳児)
5	金		21	日	
6	土	夏まつり(保護者参加行事)	22	月	
7	日	七夕	23	火	
8	月		24	水	
9	火		25	木	
10	水		26	金	
11	木		27	土	
12	金		28	日	
13	土		29	月	
14	日		30	火	
15	月	海の日(休園)	31	水	避難訓練



<8月の主な行事予定> 13日(火)～15日(木) 夏期合同保育



お知らせとお願い

- ◎ 7日(日)は七夕です。4日(木)に短冊を持ち帰りますので、お家でお願ひ事を書いて、5日(金)の帰ってから6日(土)の間にサンルームにある笹に飾ってください。
- ◎ 6日(土)に夏まつりをおこないます。保護者の皆様も参加していただきます。詳細は以前お渡ししたプリントをご確認ください。
- ◎ 20日(土)はぶどう組のデイキャンプです。スイカ割りやカレー作り、キャンプファイヤーなどをして一日楽しめます。詳細は後日お知らせします。
0～4歳児クラスでお仕事がお休みの方は家庭保育にご協力ください。
- ◎ プール遊び終了後も、8月31日(土)まではシャワー・水遊びをおこないます。引き続き、連絡ノートへの体温・症状記入に加え、シャワー・水遊びの有無も毎日記入していただきますようご協力お願ひします。



保健だより

<熱中症に注意しましょう>

熱中症ってどんな症状？

- ・ 足がもつれる、ふらつく
- ・ 全身倦怠感、脱力感、めまい、吐き気、頭痛
- ・ 筋肉痛、四肢のけいれん など

意識がしっかりしていて何らかの症状がある時は、涼しい場所に運び、衣服をゆるめて寝かせ、スポーツドリンク（経口補水液）を飲ませて、しっかり様子をみましょう。濡れタオルや扇風機などで直接体を冷やすことも良いでしょう。

園では特にプールや水遊びなど戸外での活動は、暑さ指数（温度・湿度）、子どもの様子に注意して楽しく過ごせるようにしています。お家からはしっかり朝ごはんを食べて元気に過ごせるようにしてください。当日の健康状態の観察もお願いします。気になることがあればお知らせください。



食育だより

<こまめに水分補給しよう！>

子どもは大人に比べて水分量の割合が多いので脱水を予防するためにも、水分補給はとても大切です。起床時、運動後、入浴後、汗をかいた後などが水分補給のタイミングです。一度にたくさん飲むことは大変なので、こまめに分けて水分補給しましょう！

☆塩分補給も忘れずにしましょう！

たくさんの汗をかくと水分の他に塩分も失われてしまいます。水分、塩分がバランスよく保たれていることで体温を維持できます。

☆スポーツ飲料をうまく活用しましょう！

ミネラルが多く含まれているので、汗をかいた時の水分補給に適していますが、糖質が多いので飲み過ぎには注意が必要です。

こまめに水分補給をして、熱中症、脱水症にならないようにしましょう！

