

7月 えんだより

令和 7 年 7 月 1 日（火） No.4 東高岡保育所

今年は例年にない早い梅雨明けで、6月中旬から厳しい暑さに見舞われました。

暑さを吹き飛ばす勢いで元気いっぱい遊ぶ子どもたち！！いよいよ、今日から楽しみにしていたプールが始まりました！7・8 月はプールでクールダウンしながら、熱中症対策をしっかりと行い水遊びやプールを楽しんでいきたいと思います♪

寝不足や朝ごはんを食べない、冷たいものをとりすぎるなどの生活の乱れは熱中症にもつながりやすいそうです。子どもの様子は、朝晩で急激に変わりやすいので、ご自宅でも機嫌や食欲など気をつけて見ていてくださいね。

今月も暑い夏を元気に乗り切っていきたいと思います！！



7 月の行事予定



月	火	水	木	金	土	日
	1 プール開き	2	3	4	5	6
7 七夕会 	8	9 鮎つかみ 大会	10	11 年長児 青島海水浴	12	13
14 土曜保育 締切日	15	16	17	18	19	20
21 海の日	22	23	24	25 誕生会 	26	27
28	29	30	31	お弁当について ・年長さんは、お弁当をお願いします。 おにぎり弁当の簡単なお弁当でおねがいします。 おかずは2品位で、傷まないものでお願いしたいと思います。		

8・9 月の行事予定

- ・ 8/9(土)…高岡町夏まつり ※年長さんが和太鼓で出演します。お時間がある方は是非見に行かれてくださいね♪
- ・ 8/22(金)…誕生会
- ・ 8/29(金)…プール納め
- ・ 9/5(金)…おまつりかい
- ・ 9/26(金)…誕生会

HAPPY BIRTHDAY

ひらい とうとさん(6 さい)

まつお ゆうたさん(6 さい)

きくち くみさん(5 さい)

よしの みなとさん(4 さい)

やました るいさん(3 さい)

やました ひまるさん(1 さい)



えんちょうせんせいのつぶやき…第 78 弾

梅雨明けも早く、今年は 6 月から全国各地で真夏日が続きますね。

最近では、熱中症予防の一つとして「暑気順化」の重要性を掲げていますが、聞いたことがあるワードではないでしょうか。

この「暑気順化」とは特に夏季や高温多湿の環境で活動する際に重要です。体が暑さに適応することで、汗をかく能力が向上し、体温調節が効率的になります。これにより、熱中症のリスクを減少させることができます。(日本気象協会推進 文献参照)

3 歳児クラスのぱんだ組・4, 5 歳児クラスのきりん組は、年間を通した体力作りで暑い夏も寒い冬も 1 年通して、汗をかいて体力作りを行っているのも自然と体が「暑気順化」され、熱中症対策になっているようです。(全クラス午前・午後と、天気の良い日は毎日、園庭遊びをたくさん行っています～)

今後も外遊びや体力作りを大切にしながら、夏の熱中症対策を行い「丈夫な体づくり」を目指していきたいと思います。(こまめな休憩と 10～15 分おきに水分補給していますので安心してくださいね。外に出る前には、塩分チャージも食べています。)

さて、話は変わって、先日に行われた参観日はいかがでしたか☆4 月入園した子どもたちにとっては、保護者の方も、毎日「大丈夫かな?」「泣かずに過ごしているのかな?」と、色々心配もあったと思います。

りす、うさぎ組のクラスは朝の会の様子など、いつも通りの様子を見ていただきたくて、目張りの隙間から見ていただきましたが、見にくい所や遠慮されてあまり見ておられない保護者の方もいまして申し訳なかったです。<m(_)m>

朝の受け取りで泣いていても、室内に入ると案外切り替えてケロリとしていますので、ご安心くださいね。職員も泣き止むまで抱っこして、あちこち散策しながら工夫して切り替えていますよ。

参観日は、どのクラスも楽しそうに保護者の方と一緒に活動を楽しんでいたのが良かったです。0 歳児クラスは、今回離乳食の試食会も行いました! 参観日後、試みに作られた方もいて、参考にしてもらえて良かったです。特に、初めての子育ては離乳食も分からなかったり、言葉かけやしつけも「これでいいのかな」と、不安や戸惑いの連続ですね。

親があまり神経質になってしまうと、子どもも不安になってしまうことが多いです。失敗しても大丈夫、転んだり、すりむいたりそういった幼少期の経験が大きなケガを防いだり、何でも「チャレンジしてみよう失敗してもいいや」という前向き思考につながりますので、のびのびと「いいがいいが～、大丈夫よ」という気持ちで見守って、子どもを安心させてあげましょうね。

子育ての中で不安に思うことや気になる事があれば、抱え込まずにいつでもお気軽にご相談くださいね。保育園と一緒に子育てを楽しんでいきましょう～!