

令和 5 年度

8月

西嶺保育園

391-6286

<http://www.seiryohoikuen.com>



えんだより

雲ひとつない青空と賑やかな蝉の声、いよいよ夏本番！汗をかきながらも伸び伸びと夏の遊びを楽しんでいる子どもたち、たくさん遊んで、いっぱい食べて、そしてしっかりと休息を取りながら、体の変化に気がつくつ、暑い夏を元気に過ごしていきたいと思えます。

近年の夏は異常気象により猛暑の気温が毎年更新されています。保育園でも、炎天下の活動は控え、熱中症などを起こさないよう水分補給などはしっかりと補うように努めます。暑さは体力を消耗しますので、ご家庭でも早寝早起きの生活リズムで、健康に過ごせるようにしましょう。



行事

- 8月 4日(金) お誕生会
- 21日(月) 避難訓練
- 28日(月) 身体測定



夏かぜに気をつけよう

夏かぜとは、プール熱・ヘルパンギーナ・手足口病などのことをいいます。うがい・手洗いをしっかりと、部屋の湿度・温度に気をつけるなど、かぜの予防を心がけましょう。寝るときはクーラーのタイマーを利用して、体が冷えすぎないようにしましょう。もしかかってしまったら、たっぷりと睡眠を取り、栄養のある食事や水分をしっかりとるようにしましょうね。



水分補給の落とし穴

水分補給はたいせつですが、糖分の多い飲み物は、とりすぎると食欲が落ち、体力低下にもつながります。ジュースはもちろんのこと、スポーツドリンクにも糖分の高いものが、けっこうあります。気をつけましょう。



脳を育てる5つの質問「か・き・く・け・こ」

家事に仕事に育児に、忙しくて時間がないとついつい子どもが動く前に先回りして着替えや食事を手伝ってしまう。それでは親の負担は続き、子どもはなかなか自立できない悪循環に…。

自分で行動できる、自立した子に育てるには、“考える力を育てるための言葉がけ『か・き・く・け・こ』”がおすすめです。

- か…考えさせる 「あなたはと思う？」「どうしたらいいかな？」
- き…企画させる 「いつやる？」「誰とする？」
- く…工夫させる 「もっと〇〇するにはどうしたらいいかな？」
- け…計画させる 「どのように〇〇する？」「次は何をする？」
- こ…行動させる 「まずは何位からする？」

この5つを活用した質問で子どもは考えて、自ら行動し始めます。

特に生活習慣が身につく、しつけもラクに…。

意識して言葉がけしてみたいはいかがでしょうか。



お知らせ

- ☆ お盆保育について
8月14日(月)8月15日(火)16日(水)の保育は申し込みされた方のみとなります。この日の保育は18時までです。
- ☆ 運動会について
松陽小学校にて9月24日(日)に行います
代休は9月25日(月)となりますので、よろしくお願いします。
- ☆ 親子遠足について
11月2日(木)の親子遠足は海遊館に決まりました