ニコちゃん新聞

社会福祉法人杉の子会2020
〒169-0072 東京都新宿区
大久保2丁目11番5号
エイビイシイ保育園
TEL 03-3232-9633
FAX 03-3232-9636

体操教室

皆さん、こんにちは！毎週水曜日にエイビイシイ保育園の体操教室を担当させて頂いております、コンフィアンスポーツクラブの玉城惇平（じゅうぺい先生）と申します。今年度もどうぞ宜しくお願い致します。

体操の時間は主に、マット・鉄棒・長縄・短縄・ボールを使い、それぞれの年齢や発達に合わせた目標を設定して取り組んでいます。またそれに加えて、いろいろな体操、さらには小学生になってからの体育で必要となる「運動感覚」を身に付けられるように進めています。「運動感覚」とは、「回転感覚」「腕支持感覚」「バランス感覚」「高さ感覚」「逆さ感覚」の五つです。これらの五つの感覚を身に付けた上で、自分自身の体の動かし方を理解出来ると、全てのスポーツに通ずる「土台」が出来上がります。幼児期はまさにこの「土台」を築く時期です。しっかりとした「土台」を築くお手伝いをしていきたいと思っています。

その為にも、体操の時間は楽しいものであるべきです。「体を動かすことって楽しい」と思えることこそが上達への一番の近道だと考えています。技が成功したとき、少しでも上達したときには、思いっきり褒めて自信へ繋げていきます。それと同時に、挨拶やお話を聞くときの「礼儀」、どうしたら上手に出来るのかと「考える力」についても、体操の時間を通して養っていきたいと思います。

さて、体操の大きなイベントとして運動会があります。昨年度の運動会では「パラバルーン」「イス体操」の発表をしました。これらももちろん、体操の時間に指導させて頂きましたが、お子様たちにとって、みんなで一つのことを成功させる喜びや、目標に向かって頑張る事の大切さを知る機会になったのではと感じています。運動会を経て、二回りも二回りも成長したお子様たちの姿が見られました。

今年度も昨年度に負けないくらい見応えのあるものにしていきます！ご期待下さい！

今年度も体操の時間を通して、お子様の心と体の成長を全力でサポートしていきます。お迎えの際やお家に帰ったあとに、「今日の体操どうだった？」と聞いてあげて下さい。そんな問いかけに対して、お子様たちがキラキラした目でたくさんお話をしたくなるような、そんな体操の時間にしていきたいと思います。「年間どうぞ宜しくお願い致します。

（講師　玉城）

リトミック

毎週水曜日、幼児クラスではリトミックレッスンを行っております。講師の齋藤麻莉です。

リトミックでは音楽にのって体を使って表現していくのですが、まず音が変わったときに変化を感じる事が大事。音が変わったことでどういう動きになるか、楽しく反応しながら感覚を鍛えていきます。高い音・低い音・大きい音、小さい音、速くなったり遅くなったり、次はどんな音が鳴るのかな？子どもたちは変化が起きる度に楽しそうに反応しています。

リトミックは音楽的な能力や感性を豊かにするだけではなく、お友だちと手をとったり、タイミングを合わせることによって共有を経験することができコミュニケーション能力も育つと考えています。

●リトミック

・準備体操
・体の軸はどこにあるかな？ビート&フレーズにのせてステップ
・楽しくお散歩していたらあれれ、いろんな音が？！
・タイミングを合わせて順番にジャンプ！（3歳クラスはボール回し）
・リズムがどんどん変わるよ
・声を出してドレミで唄ってみよう
～季節の唄～
たくさんのチャレンジが待っています。みんなで音を楽しんでいきましょう！

（講師　齋藤）

いまここ傑作写真集

HPアップ予定日

・クラス活動の様子（毎月1日）

仲間紹介

ヒーロー大好き

プービーくん

仮面ライダーや戦隊ものが大好きな男の子！ブロックで剣や銃など武器を作り身にまとうとヒーローになりきりごっこ遊びを楽しんでいます！！

お話上手！

ここなちゃん

「ここちゃんね～」と自分の気持ちや出来事を上手にお話しできるここなちゃん。お友達とのお喋りが大好きです！

おたんじょうびおめでとう

元気いっぱい！

ふうかちゃん　1才　6月

いつも、にこにこ笑顔が素敵な女の子。お散歩が大好きで、花壇にお花を見つけると「あっ！」と指を差してお友だちに教えてくれます。これからも、沢山遊ぼうね！1歳のお誕生日おめでとう！

☆くりくりお目目のお喋り上手☆

いつかちゃん　1才　6月

くりっとした目が可愛いいつかちゃん。玩具で遊びながら「トコトコトコ」等可愛い声でお話するのが上手な女の子！これからが楽しみです！健やかに成長してね！♡1歳のお誕生日おめでとう♡

元気いっぱい！

めいちゃん　2才　6月

身体を動かすことが大好きなめいちゃん。歩くのが上手になり、お散歩に行くと〝あるきたい！〟とアピールして先頭に立ち、外の世界を楽しんでいます。最近ではお話も上手になってきていて、「ワンワンいた～！」「あ、お花！」と笑顔で教えてくれることがたくさんあります。これからもいろいろなことを経験して大きくなろうね！2歳のお誕生日おめでとう！

すてきなお姉さん☆

ゆうちゃん　3才　6月

困っているお友だちを見つけると「どうしたの？」と優しく声をかけてあげられるゆうちゃん。「一緒に遊ぼう！」と遊びに誘い、いつもゆうちゃんの周りにはお友だちが溢れています。これからもみんなに優しい素敵なゆうちゃんでいて下さい！3歳のお誕生日おめでとう♡

大きくなったらプリンセス☆

みゆうちゃん　4才　6月

お姫様やプリキュアが大好きなみゆうちゃん。お気に入りの絵本は「シンデレラ」。仲良しの友だちと一緒にプリンセスごっこをしたりプリキュアになりきりポージング☆素敵なプリンセスになってね!!4歳のお誕生日おめでとう!!

なんでもはかせ！

こうじくん　4才　6月

物知りで、得意な事も沢山あるこうじくん。「こうちゃん苦手な物も頑張って食べたよ!!こんな事も出来るよ!!」と毎日驚かせてくれます。これからもかっこいい姿をたくさん見せてね！4歳のお誕生日おめでとう！

素敵な笑顔

みさきちゃん　5才　6月

期待しています！

ゆあんくん　5才　6月

『気は優しくて力持ち』そんな言葉がぴったりのゆあんくん。お友達が困っていると「手伝おうか？」と自分から声を掛けてあげられます。うさぎ組さんではどんな活躍ぶりを見せてくれるのか、とっても楽しみです！5才のお誕生日おめでとう！

いつもニコニコ笑顔のみさきちゃん。とても明るくて、お友だちにも優しくてみさきちゃんの周りには沢山のお友だちがいます。これからも優しくてかわいいみさきちゃんでいてね！5歳のお誕生日おめでとう！

癒しのスマイル♡

りりあちゃん　2才　7月

お散歩が大好きなりりあちゃん。最近では帽子や靴下を自分で身につけようと挑戦しています。お話もとっても上手になり、道で会う人にとびきりの笑顔で「バイバイ」と手を振る姿にみんな癒されています。これからも沢山お散歩に行ってお話しようね！2歳のお誕生日おめでとう！

元気いっぱい！

なつのすけくん　2才　7月

様々な物に興味があり、取って欲しい物や読んで欲しい絵本があると指を差して教えてくれます☆好奇心が旺盛で人懐っこく、先生達の真似をするのが大好きな男の子です！2歳のお誕生日おめでとう！

笑顔がとっても素敵☆

えいのすけくん　2才　7月

ふとした時にトコトコとやって来てハグをしてくれる栄之祐くん。じわ～っと心を温かくしてくれる不思議な力の持ち主です。優しく物静かな栄之祐くんですが、最近は玩具を取られそうになると「いや！」と自分の気持ちを伝えられるようになってきている姿に成長を感じ、嬉しく思っています。これからも友だちと一緒にのびのびと過ごそうね！2歳のお誕生日おめでとう！

癒しスマイル！

そうまくん　3才　7月

笑顔が素敵で、いつもみんなの事を癒してくれるそうまくん。とっても甘え上手で愛らしい反面、妹のしおりちゃんが泣いていると、「ママくるからね」と優しく声をかけてあげることができる、しっかり者のお兄さんの一面もあります！これからも変わらず、かわいい優しいお兄さんでいてね！3歳のお誕生日おめでとう！

お話上手♪

おとちゃん　3才　7月

遊びの時には常におとちゃんワールド全開！ブロックでは動物の住むお家を作ったり、おままごとではお鍋を使って上手に料理をしたり、赤ちゃんのお人形のお世話をしたりと、常に一生懸命に遊ぶ姿がかっこいいです！お話も上手で、「先生、見て！」と発見したことをたくさん教えてくれます。これからも沢山の発見を教えてね☆3歳のお誕生日おめでとう！

歌うの大好き♡

はやとくん　4才　7月

活動中、気付くと鼻歌交じりに歌をうたうようになったはやとくん。曲のレパートリーも増えて色々な歌を披露してくれ保育者を和ませてくれます。これからもかわいらしい歌声を聞かせてね★4歳のお誕生日おめでとう！

癒し系girl

あいかちゃん　5才　7月

いつも明るく、元気なあいかちゃん。時には甘えん坊な姿もあり先生の膝にのってみたりでもやる時はしっかりやってくれるお姉さんです。これからも笑顔が可愛いあいかちゃんでいてね！5歳のお誕生日おめでとう！

小さな先生

はるかちゃん　5才　7月

困っているお友だちがいると、「どうしたの？」と声を掛け一緒にやってくれる優しいはるかちゃん。これからも優しい女の子でいてね！5歳のお誕生日おめでとう！

編集後記

暑い時に食べたい物と言えば、アイス！その中でも、ガリガリ君が大好きです！ソーダ味も好きなのですが、他の味にも挑戦してみようかな。とコンビニの中をウロウロ‥。今度挑戦してみます!!（保育士　冨田）

7月 献立表

◎今月の献立目標は「しっかり食べて、夏の暑さに負けない元気な体をつくろう」です。暑い時期で、食欲が減退する頃なので風味のあるカレー粉や梅、レモンなどの酸味のある味付けを積極的に取り入れて食欲が増進するような献立にしました。

日	曜	ひる	おやつ	よる
1・15	水	●玄米入りご飯 ●めだいの磯辺焼き　●かぼちゃのそぼろ煮 ●スイスチャードのみそ汁	●クリームサンドクラッカー	●豚肉の生姜焼き丼 ●ピーマンとチーズのおかか和え ●じゃが芋のみそ汁
2・16	木	●玄米入りご飯 ●豆腐のつくね焼き　●ハリハリ漬け ●にらのみそ汁	●チーズパン ●いりこ	●玄米入りご飯 ●すずきのタンドリー風　●キャベツのソテー ●高野豆腐のみそ汁　●桃
3・17	金	●玄米入りご飯 ●カレイのごまみそ煮　●トマトのサラダ ●えんさいのすまし汁　●桃	●牛乳もち ●おしゃぶり昆布	●玄米入りご飯 ●ゴーヤーチャンプルー　●ポテトサラダ ●わかめのみそ汁
4・18	土	●玄米入りご飯 ●鶏肉のレモン焼き　●枝豆とじゃこの和え物 ●なすのみそ汁	●のりわかめせんべい ●するめ	●玄米入りご飯 ●あじのラビコットソース　●ひじきの煮物 ●いんげんのみそ汁　●甘夏
6・20	月	●玄米入りご飯 ●大豆肉とピーマンのオイスターソース炒め ●海藻サラダ　●しまうりのみそ汁	●にらのお好み焼き ●いりこ	●納豆ご飯 ●カジキの梅じそ焼き　●ピーフンの五目炒め ●おくらのみそ汁
7・21	火	●いわしの蒲焼きご飯 ●じゃが芋とたこのみそ煮 ●モロヘイヤのすまし汁　●甘夏	●ヨーグルトゼリー ●するめ	●玄米入りご飯 ●鶏肉の唐揚げ　●なすの浅漬け ●切り干し大根のみそ汁
8・22	水	●夏野菜のキーマカレー ●フレンチサラダ ●レモンマーマレードジャムヨーグルト	●はとむぎおこし	●玄米入りご飯 ●さばの照り焼き　●もずくの酢の物 ●かぼちゃのみそ汁　●桃
9・30	木	●玄米入りご飯●すずきのチーズムニエル ●えんさいのゆかり和え ●じゃが芋のみそ汁　●すいか	●しらすとしそのおにぎり ●きゅうりスティック	●肉みそうどん ●いんげんの中華和え ●わかめスープ
10・31	金	●スタミナ丼 ●しまうりのごまドレッシングサラダ ●赤みそのみそ汁	●レーズン蒸しパン ●おしゃぶり昆布	●玄米入りご飯 ●鮭の香味焼き　●ネバネバ和え ●にらのみそ汁
11・25	土	●しらすチャーハン ●バンバンジー ●えのきの中華スープ　●甘夏	●むらさき芋ボーロ ●するめ	●玄米入りご飯 ●肉豆腐　●ズッキーニの磯和え ●モロヘイヤのみそ汁
13・27	月	●鮭寿司 ●枝豆の白和え ●えんさいのみそ汁　●桃	●じゃが芋のソフトクッキー ●いりこ	●玄米入りご飯 ●生揚げのピザ風焼き　●きゅうりのサラダ ●しめじのみそ汁
14・28	火	●夏野菜のビビンバ丼 ●春雨サラダ ●いんげんの中華スープ	●14日：きな粉ホットケーキ ●するめ ●28日：誕生会おやつ	●玄米入りご飯　●鰆の青のりフライ ●ラディッシュのしらす和え　●油揚げのみそ汁 ●すいか
29	水	●玄米入りご飯 ●さばの竜田揚げ ●おくらの梅おかかサラダ　●豆腐のみそ汁	●玄米せんべい	●かぼちゃご飯 ●鶏肉のモロヘイヤソース ●えんさいのごま和え　●なすのみそ

乳児（平均）	蛋白質 29.6g	エネルギー 734kcal

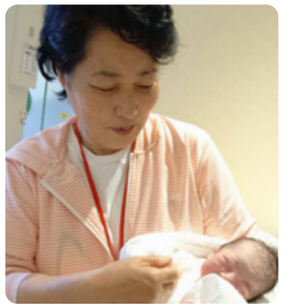
幼児（平均）	蛋白質 37.0g	エネルギー 919kcal

エイビイシイ保育園、エイビイシイ風の子クラブでは
農薬も化学肥料も遺伝子組換えも使わずに作られた食材で、オーガニック給食を提供しています。
自然豊かな有機の土壌で育った作物を子どもたちは生きた食品として一部は生で、一部は調理したての形で食べます。
なぜならば「生命は生命を生む」からです。

●魚住農園（ニコちゃん農園）・茨城県八郷町（野菜・果物・小麦・卵他）
●三芳村生産グループ・千葉県三芳村（野菜・果物・加工品）
●風の丘ファーム・埼玉県小川町（野菜・加工品）
●稲葉農園（ニコちゃん田んぼ）・千葉県三芳村（米）
●あすか農園・茨城県常陸太田市（ぶどう・キウイフルーツ各種）
●早藤果樹園芸・神奈川県湯河原町（柑橘類・ジャム・ジュース）
●若葉農園・青森県西津軽郡（りんご・ラフランス・なし他）
●前嶋農園・山梨県笛吹市（ぶどう・もも各種）
●キープ牧場・山梨県北杜市（有機畜産／ジャージー牛乳・65℃ 30分殺菌）
●三輪農園・茨城県石岡市（有機畜産／豚肉）
●秋川牧園・山口県山口市（有機畜産／鶏肉）
●魚芳・東京都新宿区（有機水産／天然物・魚介類）
●所沢生活村／有機自然食問屋・埼玉県所沢市（食材全般）
●（株）創健社／有機自然食問屋・神奈川県横浜市（食材全般）
●ムソー（株）／有機自然食問屋・埼玉県さいたま市（調味食品・加工食品・菓子）
●アイクレオ（株）・東京都中央区（乳児用／母乳バランスミルク・栄養バランスミルク）
●辻安全食品（株）・東京都杉並区（自然食品・非アレルギー食品）
●（有）石井商店・東京都目黒区（食器洗浄石けん洗剤）

紫陽花がきれいです

園長 片野 清美



梅雨の季節となりました。色とりどりの紫陽花の花が美しく咲き誇っております。コロナ禍も少し収束に向かい始め、経済活動も自粛化から徐々に動き始めました。皆様いかがお過ごしでしょうか。

エイビイシイ保育園も4月・5月と時間短縮で保育を行って参りました。6月1日からは通常通り24時間運営の保育を開始しております。現在は8割～9割くらいの利用です。7月からはほぼ全員の保護者の皆さまが利用されると思っております。子どもたちの生活や保護者の皆さま方の就労を支えていけたらいいなと思います。職員も皆6月より全員職場に戻って参りました。良かったです。

職員会議を開き今年度の行事の見直しをしました。縮小して行う行事、中止せざるを得ない行事、色々検討しました。行事を楽しみにしている子どもたちが一番かわいそうでたまりません。今後、決定事項をご報告させて頂きたいと思います。何であれ“命”が優先です。これからも衛生面に注意し、保育園で安心して楽しく生活できる場所である事を願い努めて参りたいと思います。皆様もご協力お願い致します。

コロナ禍の中、長女（關口 涼先生）に第二子（かいり）が誕生し1カ月間、我が家に涼先生の長男（みなと4才）と犬2匹（黒柴のあんこ・ダックスフンドのタルト）も一緒です。我が家にも犬2匹（ゆず・ラッキー）がいる中、なんと合計犬が4匹に！もう大変な生活でした。あっという間に時は過ぎ、自宅に戻っていきました。やっと静かな日常に戻ったわけです。私も愛犬もホッと一息です。

コロナ禍はまだ完全に収束した訳ではありません。皆様どうぞお身体に気を付けてお過ごし下さい。

保健

日に日に暑くなってきたこの頃、元気で過ごしていらっしゃいますか？ご家庭によっては、長時間おうちの中で過ごす状況になったり、子どもたちだけでなく、おうちの方もストレスがたまっていたり、予定したことが進まなかったりと、悩まれる時間も増えたのではないでしょうか？体調のことなど何かお困りごとがありましたら、ご家庭だけで抱えずに、ご相談してくださいね。朝の健康観察はいつも以上に丁寧に行っていただきますようお願いいたします。体調がすぐれない場合には、無理をせず、ご家庭で様子をみていただきますようお願いします。

こんなときどうする？ コロナウイルスに関するQ&A

Q. 子どもが新型コロナウイルスに感染するとどのような症状がでますか？

A. 現時点（2020年5月1日）で、子どもの感染者数は成人と比べると少ないですが、感染しやすさは成人と変わらないこともわかってきました。

家庭内で感染している例が多く、発熱、乾いた咳を認める一方で、鼻水や鼻づまりなどの症状は比較的少ないとされています。大人と同じように、発熱が続き肺炎になる例も報告されています。一部の患者では嘔吐、腹痛や下痢などの消化器症状も認めるようです。

感染していても無症状である可能性も指摘されていますが、子どもは正確に症状を訴えられないことに注意しなければなりません。

Q. 子どもにもマスクはしておいた方がいい？マスクが出来ない場合はどうしたらいい？

A. 感染している人のくしゃみや咳に含まれる飛まつを直接浴びないというリスクがあります。マスクをすることの効果はあるかと思いますが、小さな子どもでは現実的ではないと思われます。

特に乳児の場合は、口と鼻を覆っているという点で窒息のリスクがあります。顔色や表情が分かりづらく体調の異変に気づきにくいという心配もあり着用は推奨されていません。

また、大きなお子さんでも、マスクを正しく装着・管理することが出来ない場合は、効果が薄れるだけでなくマスクを経由して感染する可能性もあります。

子どものマスクの装着は、保護者の方の目が届く範囲内で行い、様子を見ながら休憩するなど長時間の着用は控えた方がよいと思います。

ウイルスに汚染されたおもちゃや本などに触れた手で、口や鼻、目を触ることでも感染しますので、手洗いや消毒も大事です。

Q. 乳幼児健診や予防接種を遅らせたほうが良い？

A. 乳幼児健診の目的は、年齢ごとに起こりやすい病気や問題を早めに見つけて治療などに結び付けることです。予防接種についても、感染症にかかる前に接種することが極めて重要です。

新型コロナウイルス感染症を予防するための対策も重要ですが、極端な制限によって予防できる他の重要な病気の危険性にさらされることを避ける必要があります。今後も数か月単位での流行が想定され、その間に乳幼児健診や予防接種を回避するデメリットは大きいと考えられます。地域ごとに対応が違うのでお近くの保健所や保健センターに確認してください。

健診や予防接種を受ける際、一般的な感染症対策として、子どもや付き添いの保護者の方については、発熱や咳などの症状がないことを確認して受診ください。付き添いの方については手洗いを行ってマスクを着用してください。また、可能な限り、きょうだいや祖父母などの同伴を避けることも感染リスクを避けることにつながります。

熱中症に注意！

マスクの着用を求められる場面が多い中、熱中症が心配になる季節がやってきました。そこで、熱中症を予防するポイントをまとめてみました。大事なのは無理をしないことです。

① 暑さを避けましょう

屋内においては、室内換気に十分な配慮をしつつ、こまめにエアコン温度を調節し室内温度を確認しましょう。熱中症が起こりやすい場所は意外にも屋内のほうが多いので油断しないようにしましょう。

屋外も、涼しい服装にする、暑い時間帯は避けるなどして対応しましょう。子どもは大人と比べて汗をかく能力が十分でなく熱がこもりやすいです。また、背が低く地面からの照り返しの影響を受けやすいことも注意してください。晴れの日では、大人の顔の高さで32℃の時、子どもの顔の高さでは35℃程度の感覚だと言われています。

② 適宜マスクを外しましょう

マスクを着用していると身体的に負担がかかりますので、適宜マスクを外して休憩することも大切です。マスクを外した際には、お子さんが苦しそうではないかや顔色に変化がないかなど気にかけてください。また、外す場所は近くに人がいないかなども気を配ってください。

③ こまめに水分補給をしましょう

口元にマスクをしていることで喉の渇きを感じにくく、水分を摂る回数が減ってしまう心配もあります。喉が渇いたという感覚にたよらず時間をみてこまめに水分を摂りましょう。

④ 日頃の体調管理をしましょう

普段の体調を知ることで体調の変化に気付きやすくなります。「おかしいな？」という違和感は大切にして無理をしないようにしましょう。

また、体が暑さに慣れていない時期が危険です。人が密集する場は避けて、室内・室外での適度な活動で少しずつ暑さに体を慣れさせましょう。

今月の保健予定

健康診断

◆7月10日（金）
15：00～ ひよこ・こぐま・あひる・たまご

◆7月31日（金）
15：00～ ひよこ・きりん・うさぎ・りす・たまご

身体測定

◆7月2日（木） PM こぐま・りす
◆7月3日（金） PM うさぎ・きりん
◆7月6日（月） PM ひよこ
◆7月8日（水） PM たまご・あひる

たまごぐみ

ゆっくり・のんびりと　（0才）

【今月のねらい】
★安定した生活リズムの中で、十分な休息をとっていく。
★沐浴や湯水遊びなど、夏ならではの遊びを楽しむ。

園生活がスタートしてすぐにコロナウイルスの影響で家庭保育をお願いすることになってしまい、保護者の皆様には大変ご不便をおかけしてしまいました。長期に渡る家庭保育のご協力ありがとうございました。長期のお休みを挟んだことで、また改めてのスタートとなりますが、子どもたちの気持ちに寄り添い、安心して楽しく過ごせるようにしていきたいと思います。また、一人ひとりの生活リズムを大切にし、充分な休息を取りながら少しずつ園生活のリズムに慣れていけるようにしたいと思います。

7月に入り暑さも増し、本格的な夏を迎えました。今月から湯水遊びが始まります。安全に気を付けながら、夏ならではの遊びを取り入れていきます。暑い日が続く為、保育室内の温度・湿度を調節し、こまめな水分補給と十分な休息をとりながら、ゆっくりと過ごしていきます。沢山汗をかく時期ですので、汗をかいたら着替えや沐浴をして清潔に気持ちよく過ごせるようにしていきます。衛生面にも十分配慮し、環境を整えながら体調の変化にも留意し、暑い夏を元気に過ごせるようにしていきます。　（保育士　室岡）

ひよこぐみ

元気いっぱい、ひよこ組！！　（0才）

【今月のねらい】
★水の感触や沐浴を楽しみ、暑い夏を気持ちよく過ごす。
★安心できる環境の中で、遊びを楽しむ。

日差しが強い季節になりました。入園して間もなく4か月目となります。自粛明け久々に会ったひよこ組の皆は、すっかり大きくなっていました。最初は泣いていた子どもたちも少しずつ慣れ、今では満面の笑顔を見せてくれます。

抱っこが大好きで保育士から一時も離れなかった子どもたちもお気に入りの玩具を見つけるとニッコリ笑い嬉しそうに遊んでいます。中には「こんな事も出来るんだよ。見て！」とばかり上手に寝返りを打って見せたり、小さな指先に力を込めてボールを握り、ぽんぽん叩いて遊んでいます。ひょいと、つかまり立ちした後は伝い歩きまで見せてくれる子どもや、マットで寝ているお友だちの顔を覗き込む姿があったりと皆、遊び方も様々です。周りの友だちに対して少しずつ興味や関心が芽生えてきたことに成長を感じます。

今現在も暑い日々が続いていますが、今後も暑くなることが予想される為、引き続き室内の温度・換気・衛生面に配慮し、気持ちよく過ごせる環境を整えていきます。天気の良い日は、散歩なども取り入れながら初めての夏を楽しんでいきたいと思います。　（保育士　酒井）

あひるぐみ

楽しいね！　（1才）

【今月のねらい】
★一人ひとりの体調に気を付けながら、暑い夏を快適に過ごす。
★保育者や友だちに興味を持ち関わろうとする。

コロナウイルスの影響による長期にわたる家庭保育のご協力ありがとうございました。進級して間もない日数での事態で、子どもたちも保護者の皆さんも不安な日々だったと思います。6月から徐々に登園者が増え、久しぶりの登園では友だちや保育者に緊張している姿も見られましたが、1週間も経つとパパやママに「行ってらっしゃい！」と元気に手を振り、保育室に入って活発に遊び子どもたちの元気な声が響き渡るようになりました。まだまだコロナウイルスの感染が治まらず不安な日々が続きますが、玩具消毒や保育室内の換気、消毒を徹底し感染症対策をしっかり行っていきたいと思います。また、気温も上がり暑くなってきたので、こまめな水分補給を行いながら、元気に思いっきり遊んで過ごせるよう心がけていきます。

『友だち』への興味がより出てきた子どもたち。友だちが楽しそうに遊具で遊んでいると近づき、同じ遊具で遊ぶことを楽しんだり、砂場で湿った砂を触ると同じように触って感触を楽しんだりする姿が増えてきました。友だちの名前も徐々に呼べるようになり、泣いている友だちに玩具を渡したり、一緒に“いないいないばあ”をして笑い合ったりしています。これからもみんなで一緒に楽しめる遊びを取り入れ、友達との関わりを楽しめるようにしていきます。　（保育士　須田）

給食

水分補給について

これから夏にかけて気温が上昇し汗をかくことが多くなります。暑い日が続くと食欲が低下し水分不足になりやすいため、しっかりと水分補給することが必要です。今回は水分補給のポイントをご紹介します。

●私たちの体の６５～７０％は水分です。この水分は、汗をかいて体温調節をしたり、血液や細胞に大きな　働きをしています。ですから大量に汗をかく夏場や運動中は適度な水分補給をしないと、熱中症などを　引き起こし、命に危険が及ぶこともあります。
また、小さな子供の場合は代謝が高く体に占める水分量が大人よりも多いため、大人と同じくらいの水分が必要です。

●健康な子供の水分補給に適しているのは、お水やお茶です。牛乳は不足しがちなカルシウムを摂取できる優れた飲み物ですが、飲み過ぎるとエネルギーの取り過ぎになってしまいます。
また、ジュースや炭酸飲料などは糖分が多いので飲む場合には少量にしましょう。
スポーツドリンクや経口補水液などは、体調不良等で食事を摂る事ができない場合などで医師の指示があったときに与えることをおすすめします。

●「のどが渇いた」と感じた時はもう体の水分不足です。1日を通して定期的に水分補給をしましょう。
また、暑いとついキンキンに冷えた飲み物を一度にたくさん飲んでしまいがちですが胃腸に負担がかかってしまいます。飲むときは少し冷たいと感じるぐらいの温度（5～15℃）で、コップ1杯の量をこまめに飲みましょう。水分というと飲み物だけを想像しますが、身のまわりにあるほとんどの食品には水分が含まれていて3食しっかり食べる事で栄養補給と共に、水分・ミネラルの補給にもなります。

水分補給のポイントをおさえて暑い夏を乗り越えましょう！
（栄養士　永迫）

参考文献：食育ブック（少年写真新聞社）
食べ物文化（芽ばえ社）

適切な予防をして　熱中症を防ぎましょう！

こぐまぐみ

暑さに負けない！　（2才）

【今月のねらい】
★暑さに負けず、元気に過ごす。
★友だちに関心をもち、一緒に過ごし、同じ事をする喜びを味わう。

梅雨の蒸し暑さが、夏の訪れを感じさせる季節となりました。暑さに負けず、子どもたちは毎日元気いっぱいに遊んでいます。この時期はたくさん汗をかくので、気温に合わせて着替えをし、細目に水分補給を行い、快適に過ごせるように心掛けていきます。

遊びの中では友だちのことを少しずつ意識し始め、一緒に遊ぶ姿が見られるようになってきました。今月は、じっくち遊べるスペースと十分な玩具を用意し、友だちと同じ遊びや場所を共有して遊ぶ事を少しずつ楽しめるようにしていきます。

友だちとの関わりが増えていくと、喧嘩になることもありますが、子どもの気持ちを受け止め、安全に配慮しながら見守り、解決していきたいと思います。

（保育士　島村）

りすぐみ

沢山遊ぼう！　（3才）

【今月の生活】
★夏の生活の仕方を知り、自分でしようとする。

夏が近づくこの季節。蒸し暑い日が続いていますが、子どもたちは汗をいっぱいかきながらも夢中になって色々な遊びを楽しんでいます。熱中症などにもなりやすくなってくる為、こまめな水分補給や汗をかいた時の着替えなど、まずは保育者からどんどん声掛けをしていきたいと思います。また、その行動にはどのような意味があるのかを伝え、段々と自ら気付いて行えるようにしていきます。

【今月の遊び】
★友だちと一緒に、水遊びなどの夏の遊びを十分に楽しむ。

水遊びが大好きで、毎日待ち遠しそうにしている子どもたち。水風船や色水遊びなど、夏ならではの活動を沢山取り入れ、友だちと一緒に沢山楽しめるようにしていきます。また、子どもたちの「やってみたい」という気持ちを大切にし、できる事はどんどん取り入れ、毎日の活動を充実させていきます。　（保育士　井上）

うさぎぐみ

楽しむぞ！　（4才）

【今月の生活】
★身の回りの事は自分で行いながら、健康や安全の習慣を身に付ける。

進級してすぐに、コロナウイルスの為、自粛になってしまいましたが、6月より元気に子どもたちが登園してくれて、少しずつ生活にも慣れてきました。自分の事は自分で出来るように、出来た時には十分に褒めて出来た事を喜び、体調にも気を付けながら手洗い、うがいを徹底して健康で毎日過ごせるようにしていきたいと思います。

【今月の遊び】
★集団遊びを通し、一緒に遊ぶ中で友だちとの関わりを深める。

友だち同士で遊ぶ姿も多くなってきました。

少しずつルールのある遊びを増やしていき、みんなで遊ぶ楽しさを伝えていきたいと思います。

散歩では夏ならではの植物や虫などを図鑑を見て観察したり、途中にしっかり休憩水分補給を取ったりし無理なく遊びが出来るように見守っていきたいと思います。

（保育士　大楠）

きりんぐみ

夏を楽しもう！！　（5才）

【今月の生活】
★夏の生活の仕方に気付き、自ら取り組もうとする。
★身近な危険に気付き安全に行動しようとする。

蒸し暑い梅雨の後には暑い夏もすぐそこまで来ています。”汗をかいたら着替える“” 体を動かしたら休息をとる“” 十分に水分補給する”等、子どもたちに伝えながら、自ら進んで行えるよう習慣づけていきたいと思います。水遊びや戸外活動で活発に遊ぶ中、危険なことはないか気付き楽しく遊べるようにしていきたいと思います。

【今月の遊び】
★いろいろな材料や玩具を使った遊びで友だちとイメージを共有し、関わりを深める。

水や光の現象に気付いたり、色々な種類の工作材料を使ってイメージを膨らませた遊びで思いを共有し、友だち同士の関わりを深めていこうと思います。意見の不一致で言い合いになったり、思いがうまく伝わらない姿も見られますが、自分の気持ちだけでなく相手の気持ちにも気付けるように援助し、子どもたち同士で解決できるようにしていきます。　（保育士　辻田）

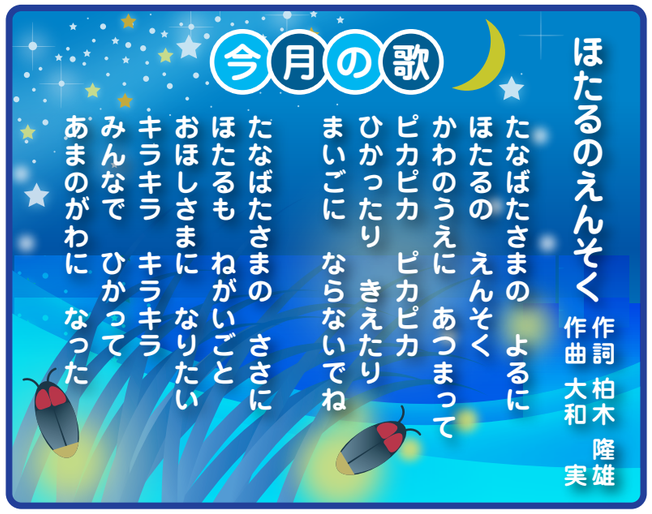
ふくろうぐみ

お風呂でサッパリ、気持ちいいね！

今回は、0歳児ひよこ組お泊りの様子を紹介します。お泊りする子どもは16時半から順番に入浴を始めます。特にこの時期は汗も多くなる為、体を清潔にして肌のトラブルを防ぎ、沢山のスキンシップを取る良い機会にもなります。今は保育者が横抱きで洗っています。夏場は、お湯の温度は38度位を目安に10分程入ります。顔・頭・体とガーゼで優しく撫でながら洗っています。その日にあったことなどを話し掛けながら、最後はすすぎ残しが無いようきちんと洗い流します。

お風呂からあがった後は着替えを済ませ、お茶や授乳で水分補給。その後はゆったり過ごして眠る準備を整え、保育者と一緒にお迎えを待ちます。入眠中は安全の為、5分毎の睡眠チェックも忘れず行います。お家にいるのと同じ環境を整え、子どもたちがゆったりと過ごせるようにしていけたらと思います。　（保育士　酒井）

予定表 7月　2020年

日	曜	日程	日	曜	日程
1	水		17	金	
2	木		18	土	
3	金		19	日	
4	土		20	月	
5	日		21	火	
6	月	七夕の会	22	水	
7	火		23	木	海の日
8	水		24	金	スポーツの日
9	木		25	土	
10	金		26	日	
11	土		27	月	
12	日		28	火	誕生日会
13	月		29	水	
14	火		30	木	
15	水		31	金	
16	木	避難訓練			

★印は保護者が必ず参加の行事です。
☆印の保護者懇談会・保育参観週間（年2回）・引取り訓練も万障お繰り合わせの上、ご参加下さい。
※あくまでも予定ですので変更になる事もあります。変更になる場合は貼り紙、お便り等でお知らせ致します。