



7月の園だより



2024 年 加布里保育園

あさがおの花が咲き始めました。梅雨が明けるといよいよ本格的な夏の到来です。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。

7月はプール活動をはじめ、七夕、お泊り保育と、楽しい行事が続きますが、暑い時期は疲れやすくなったり、食欲が低下しがちです。暑さに負けず元気よく遊ぶためにも生活リズムを整えるよう心掛け、夏を元気に乗りきりましょう。また、夏の三大感染症と言われる「手足口病」「ヘルパンギーナ」「プール熱」が流行する時期です。予防のためには、手洗い・うがいの徹底が必要です。園でも引き続きしっかり対応していきたいと思います。

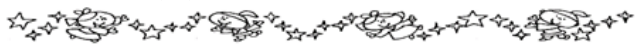
7月の行事予定

- 1日(月) 衛生検査
- 5日(金) 七夕会・7月生まれのお誕生会
- 15日(月) 口海の日
- 18日(木) 退避訓練
- 27日(土) お弁当持参日
- 27日(土) にじぐみ 体験保育
- 28日(日) //



＜特別保育＞

- 体育指導 10日 にじ・つき
- 17日 にじ・ほし
- 24日 にじ・ほし
- 英語指導 8日(にじのみ)



七夕☆7月7日(日)

七夕は、7月7日に織姫と彦星が1年に1度だけ会えるというすてきな日ですね。園では、子ども達の願い事を書いた短冊や七夕飾りを作って飾っています。七夕会では由来の話を聞いたり、うたを唄ったりと楽しい時間を過ごしたいと思います。

お家でも、お子様と七夕について話したり、星空を見上げたりと楽しくお過ごしください♪

暑い夏を元気に過ごすために

暑い日が続くと、食欲がない、身体がだるいなどの症状が出てきます。新型コロナウイルスだけではなくこの時期特有の感染症や熱中症などにも気を付けましょう。

夏バテ防止のポイント

＜からだを休める＞

早寝早起きをして十分に睡眠をとりましょう。
クーラーや扇風機を上手に使い、冷えすぎないように注意しましょう。

＜バランスの良い食事をとる＞

さっぱりしたものばかりでなく、しっかり3食、栄養豊かに食べましょう。

＜不足しがちな水分をしっかり補給しましょう＞

一度にたくさんの水分をとらずに、こまめな水分補給をしましょう。
冷いもののとりすぎに、注意しましょう。

電子メディアの視聴のし過ぎに

気を付けましょう！！

子ども達は、生まれながらにしてたくさんの電子メディアに囲まれて生活しています。電子メディアに触れる機会は、年々早期化・長時間化の傾向にあります。電子メディアとの接触が多くなると、身体を使う機会が減り、直接人と顔を合わせて遊ぶ時間も減ってしまいます。また、生活リズムの乱れ、視力低下、依存症など体や心への影響も心配されます。

電子メディアを使うときには、保護者の目の届くところで、視聴時間を決めましょう。また、週1日はノーメディアデーを作るといいですね！

また、電子メディアを見た分、人と関わって遊んだり、身体を使って遊んだりして心と体をリフレッシュさせましょう！！