

令和7年度

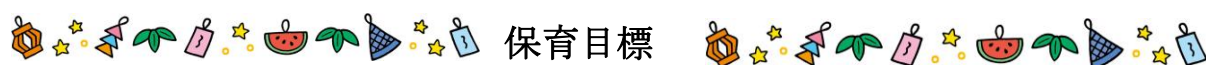
7月園だより

わかば保育園



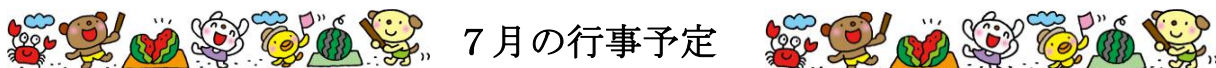
先月から始まったプール遊び。冷たい水の感触が気持ちいい季節になりました。子どもたちはずっと楽しみにしていたようで、晴れた日は園庭から楽しそうな歓声が響き渡っています。プールを機会におむつが外れる乳児組のお友だちがいたり、自分で着替えができるようになったり…。夏が子どもたちの成長を後押ししてくれています。

蒸し暑い日が多く、体力が奪われやすい時期です。食欲も衰えがちですが、しっかり朝食を摂って夏バテ対策をしましょう。



保育目標

- ☆ 身近な自然にふれ、夏ならではの遊びを、友だちや保育者と一緒に楽しむ。
- ☆ 夏の健康、安全に留意し、一人ひとりが快適に生活できるようにする。



7月の行事予定

【七夕集会】

笹に願い事をつけ、七夕集会を楽しみます。

【個別懇談】

子どもたちの園での様子や家庭での様子を個別に話し合います。

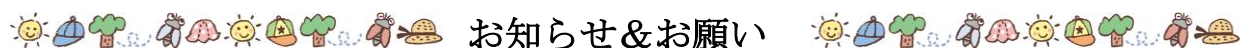
- ◎出前講座（4、5歳児） ◎身体測定 ◎七夕集会
- ◎英語教室（さくら組） ◎個別懇談 ◎避難訓練
- ◎おはなしコロリン（5歳児） ◎体操教室（4、5歳児）
- ◎合同交通安全誘拐防止指導 ◎誕生会、絵本読み聞かせ

- ◎毎週1回…清潔検査、交通安全指導、園庭石拾い
- ◎毎月1回…乳児健診、砂場掘り起こし

※8月の予定

- ・プール開い





お知らせ&お願い

- *わかばワクワクまつりへのご参加とご協力をありがとうございました。
- *個別懇談へのご協力よろしくお願いします。
- *保育料の納入期限を必ず守りましょう。今月の保育料の引き落としは
7月31日(木)です。事前に残高の確認をお願いします。
- *子育て相談を行っています。お気軽にご相談ください。秘密は守ります。



☆さくら組の食育活動で育てているピーマンです！収穫することができ、ピーマンのナムルに調理してもらい食べました。「今まで食べた中でこのピーマンが一番美味しい」と喜んで食べていた子どもたち。

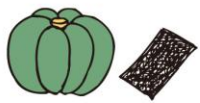
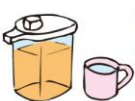
その後の給食のメニューでもピーマンが出ると喜んでおり、育てることからピーマンの美味しさに気付くことができました。夏野菜は、この時期ならではの美味しさを味わ

えるだけでなく、栄養が沢山あります！



飛んでけ！夏バテ

夏は暑さで食欲がなくなったり、体力を激しく消耗したりします。上手に食べて、暑さに負けない体を作りましょう！

エネルギーの源 たんぱく質  エダマメやトウモロコシなど	抵抗力をつける ビタミンA  ノリやカボチャ、ニンジンなど
疲労回復に大切な ビタミンB₁  豚肉、大豆などの豆類、緑黄色野菜など	水分補給は、麦茶、水 甘みのない物のほか、激しい運動の後には、子ども用イオン飲料がお勧め 



夏の水分補給

人は汗をかくことで、体温調節しています。体内の水分が不足すると、汗を出せず、体温が上がってしまいます。特に子どもは脱水症状を起こしやすいので注意が必要。こまめに水分補給を！

クイズ”正しい水分補給はどっち？

- 飲み方は？**
 - Ⓐ 1回にたくさん飲む
 - Ⓑ 1回分は少なめに、回数を多く飲む
- 飲むなら？**
 - Ⓐ 炭酸飲料やジュース
 - Ⓑ 水や麦茶
- いつ飲む？**
 - Ⓐ のどが渴いたら飲む
 - Ⓑ のどが渴く前から飲んでおく



※子どもが正しい水分補給をするには、こまめに水分補給をすることが大切です。子どもはのどが渴いたら飲むのではなく、のどが渴く前から飲んでおくことが大切です。