

# 8月のえんだより

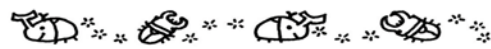


幼保連携型認定こども園 Kids Island うちがしま  
TEL:0276-45-6687

連日30度を超える暑さで、うだっているのは大人ばかり。子ども達は水遊びに夢中で、暑さなんか何のその。活動エネルギー全開です。夏ならではの遊びを満喫し、また疲れの出やすい時期なので、早寝をし一日の疲れを次の日に残さないよう、気を付けていきましょう。夏は、家族で遠出することも多くなるかと思いますが、くれぐれも、外出先での事故やけがに気を付けて、楽しくお過ごしください。

### <あせもに注意>

暑くなり、汗をかく季節がやってきました。あせもができる、かゆみの為にイライラして不機嫌になります。こまめにシャワーをする、通気性・吸湿性の良い衣類を着る、クーラーを上手に使用するなどしていきましょう。おもな症状は、汗や汚れが汗腺にたまり炎症が起こる、発疹ができかゆみがひどくなる、ひどくかきむしると細菌感染を引き起こす、などです。上手に夏を乗り切りましょう。



<今月の歌>・アイアイ ・とんでったバナナ

<今月の目標>

- ・水分補給や睡眠の大切さがわかり、健康に過ごす。
- ・保育教諭や友達と夏の遊びを楽しむ。

### <8月の予定>

- 8月2日(木)～3日(金) 5歳児お泊り保育・片品
- 8月16日(木) 身体測定
- 8月17日(金) 避難訓練(地震)
- 8月22日(水) 一年生と遊ぼう
- 8月23日(木) 新田プール(4・5歳児)
- 8月24日(金) 誕生会
- 8月27日(月) 英語の時間
- 8月28日(火) 和太鼓の時間(5歳児)

### <9月の予定>

- 9月15日(土) 園舎お別れの会



### ～冷たい物の摂りすぎに注意～



子どもの体は、体重の70%が水分です。水分を体内で、体温を調節したり、食べ物の栄養を運んだり、吸収を助けたりと、大切な役割を果たしています。水分補給は大切ですが、甘い物は満腹感を与え食欲不振の原因になります。また冷たい物の食べ過ぎは胃腸の働きを弱め、食欲をなくします。夏バテをしないためにも、冷たい物を控えましょう。

### <熱中症に注意>

今年は特に連日猛暑が続いていますが、この時期気を付けたいのが熱中症です。運動量が多く汗をたくさんかく子どもたちには水分補給が重要です。ただし冷たい飲み物を大量に飲んでかえって体調を壊す原因に。ほどほどに冷やしたものを、少しずつ何度も飲むのがポイントです。スポーツドリンクなど、塩分の補給になるものは、より効果があります。それでも長時間炎天下の中で過ごすのは危険なので、体調管理には十分に気を付けてお過ごしください。



### <虫の声育てています>

園で鈴虫を育てています。まだ小さな幼虫で、毎日ナスやかつお節をたべて元気に動き回っています。秋になると前羽をこすり合わせて素敵な虫の声を聞かせてくれるのを楽しみにみんなで毎日飼育しています。

