

2025年度 ろぜっと保育園 8月

8月の予定

8/27…長子さんリズム

8/12～15…夏期保育

(12日・13日は弁当の日)

※後期食以上の子は弁当、食具をお持ちください

(おやつ・補食・お茶はこちらで用意いたします)

8/18…人形劇鑑賞会(一寸法師)

8/30…8月誕生日会



園長 武谷 真未

夏と言えば昆虫採集だった我が家ですので、娘との朝散歩はもっぱら虫捕りです。早朝はセミも木の下の方にとまっているので、虫捕り網がなくても素手でいけます。夕方は土の中からセミの幼虫が顔をのぞかせているので、これもまた素手でいけます。捕まえて家のカーテンにくっつけるとそこで殻をやぶってセミになる様子が観察できます。是非やってみてください。

主任 荒井 敬子

あっという間に8月ですね。暑いのでなかなか外へは行けませんが、我が家は長男が少年野球を始めたので、土日は炎天下の中練習をしています。暑いのに大丈夫なのかなと心配になりますが、好きなこと、自分でやりたい！と決めたことだからか、暑いなんて一言も言わずに練習しています。親としては、頑張ると決めたことに対して、できるだけサポートしたいと思いました。

子育て支援

7月の「プールで遊ぼう」は大好評でした。8月も行いますので、きょうだい児の方もぜひご参加ください。また「ホールで遊ぼう」の日を今月は2日設けました。暑い日の遊び場としてご利用ください。

0歳児 たんぽぽ組

毎日暑いですね。たんぽぽ組はテラスで水遊びをたくさんして、暑さに負けず楽しく過ごしています。毎朝プールの準備が始まると、窓からのぞき込んで待ち遠しそうにする子どもたちの後姿がとてもかわいいです。これからもたくさん水遊びを楽しんでいこうと思います。

最近では手先を使った遊びもたくさん楽しんでます。ぽつぽつと落としやシール貼り、お絵描きなど、より細かい動きもできるようになり、集中して取り組んでいます。また、スプーンやコップも上手に持てるようになってきました。コップを自分で持ってごくごく飲んだり、スプーンで頑張ってすくおうとしたり、できたね！上手だね！と褒められてとてもうれしそうな子どもたちです。是非お家でも一緒にやってみてください。

1歳児 すみれ組

7月に引き続き、毎日プール遊びを満喫しているすみれ組です。

先日園長が自宅近くでセミを捕まえて、それを東海道線に乗せて園まで運んできました…。途中リュックの中から鳴き声が漏れたそうですが、「え、どこから?!」ととぼけ顔で通したそうです(笑)そんな遥々やってきたセミを服につけてもらったり、少し触ってみたりしてみました。ちょっとドキドキした表情でしたが、興味はあるようでみんな釘付けでしたよ～！また、夏ならではの感触遊びとして氷あそびや寒天遊びも楽しんでます。寒天はかき氷シロップで色付けたので鮮やかな色で子どもたちもキラキラした目で楽しんでいました。なかなか外遊びができない時期ですが、部屋の中でも楽しめる遊びをたくさんしていきたいと思っています！

2歳児 ぼたん組

最近リズム運動では、ロンドン橋という動きができるようになってきたぼたん組です。ロンドン橋を弾き始めると、「見てみて」と大人にアピールする子どもたち！新しい動きや少し苦手な物もはじめは「できないよ～」言っていました。「やってみよう！」と挑戦している姿を見ると嬉しいです。

先月は育ったきゅうりが急成長したので、初めてのクッキングでサンドイッチを作りました！大人と一緒にですが果物ナイフも使ってみました。また、きゅうりが4、5本育ち始めてきたので次は何を作ろうか考え中です。

みかんと桃の缶詰を相馬先生から頂いたので、今月はフルーツポンチを作ろうかなと考えています。なので、エプロンと三角巾をロッカーに入れて置いてもらえたらと思います。

3歳児 ゆり組

暑い日が続いていますね。毎日プールに入れて、楽しそうなゆり組です。プール遊びでは、潜れる子が増えて、床に沈んでしまったおもちゃを取って欲しいとお願いされているところをよく見ます。お願いされた子も誇らしげに取ってあげていて、かわいいなあと眺めています。まだまだ暑い日が続くそうなので、引き続きプール遊びを楽しんでいこうと思います。

8月は夏祭りに向けて、色々商品を作っていると思います！第一弾は2mmのビーズで作るネックレスやブレスレットです。7月の終わりから作り始めていて、小さいビーズを上手に通せています。気を付けることは、いつものひも通しと同じ感覚で、ひもからビーズを外し片付けてしまうこと…(笑)ただの糸になる前に回収するように頑張ります。

4歳児 ひまわり組

6月の夏は序の口で本格的な夏になりましたね。暑い子どもたちもプールをよく楽しんでいて、少しずつ顔に水がつけることができた、潜ったりする子が増えてきました。新しいおもちゃも増えたので、宝探しや的当てなどのゲームなどをしながら、引き続き残りのプールの期間を楽しんでいきたいと思っています。

きゅうりをカラスに盗られて1ヶ月。新しい実はありませんでしたが、トマトがたくさん実ってくれました。それを使って第1回お料理クッキングはピザを作ることにしました。一から生地をこねて自分だけのミニピザを仕上げて堪能してもらう予定です。梅シロップもまだまだ残っているのでみんなと美味しく頂きたいと思います！

5歳児 ばら組

毎日プールに入れることが楽しみなばら組です。5月に植えたきゅうりが3本収穫できたので、給食の時間に浅漬けにして食べました。「きゅうりのいい匂い」「お家で食べるきゅうりと味が違う」と自分たちで育てた野菜を楽しみました。

夏祭りに向けて、布草履を編み始めました！はじめは、なかなかうまくいかず、何度も編みなおしていましたが最近では小さい声で「うえ、した、うえ、した」とつぶやきながら集中して取り組み大人の手を借りずに編めるようになってきました。すでに完成した子も、2個、3個と編んでいます。

8月給食だより



ジメジメした梅雨も明け、いよいよ夏本番!! 楽しく夏を過ごすため夏バテに負けないようバランスのいい食事を意識してみましょう。さらに、旬の夏野菜を食べて体内からクールダウン!!

夏バテを防いで暑さを乗り切ろう

★夏バテの原因は?★

夏は汗をかくため、普段よりエネルギーの消費が多くなります。体がだるい、食欲が出ないなどの夏バテの症状は、体に必要なビタミン・ミネラルなどの栄養素の不足、室内外の温度差による体温の不調などが原因といわれています。

①生活リズム

早寝・早起き・朝ごはん



②食事の内容

食欲がない時は「量より質」

栄養のバランスがよい食事

【タンパク質・肉・魚・豆製品・卵】

【ビタミンB1・玄米・豚肉・豆腐】

【ビタミンC・ブロッコリー・ピーマン・レモン・グレープフルーツ】など



③水分補給

普段は水や麦茶で、汗を沢山かいたらスポーツドリンクで塩分を含む物が良いですが、常に水代わりに飲むと糖分の取り過ぎになるので注意が必要になります。



今月のレシピ 《鶏肉の梅照焼き》

大人2人分

鶏もも肉 2枚

玉ねぎ 1/2 個

A 梅肉 大さじ1

しょうゆ 小さじ2

みりん 小さじ2

酒 大さじ1

① 鶏肉を食べやすい大きさに、玉ねぎはスライスに切る。

② フライパンに油を熱し、強めの中火で加熱し、こんがりしてきたらひっくり返し、中火で火が通るまで焼きいったんお皿に取り出す。

③ 玉ねぎを同じフライパンでしんなりするまで炒める。

④ 気になる場合はフライパンの油を軽くふき取り、②の肉とAを入れて煮絡めて完成。

★食欲が落ちていてもさっぱりと食べられます。豚肉で作ってもおいしく、さらに夏バテに効くビタミンB1も豊富に含まれています。

彩に刻みオクラをのせても◎

給食室から

6月のもずくスープはあまり進まずでしたが、7月の給食で意外によく食べてくれたのが、もずく入りの酢の物です。ほぼもずく! な見た目に反して、つるつるとよく食べてくれました。口当たりと味付けがよかったのでしょうか。夏の定番給食になるかもしれません!? 梅マヨ味の切干大根サラダも好きなようで、さっぱりして酸味のあるものが好きな子が多いのかなと思いました。8月はレシピにも乗せた梅照焼きがです。子どもたちにどうだったか聞いてみてください。簡単ですので、ぜひ作ってもらえると嬉しいです!

汗を分泌する汗腺の数は、大人も子どもも同じですが、子どもは汗腺の密度が高く、汗をかきやすいです。汗は体温を下げる一方、あせもなどの皮膚トラブルのもとになります。暑さと汗、両方の対策が大切です。

子どもの体の70%が水分 脱水を起こしやすいので要注意！

体温の調節機能が十分発達していないにもかかわらず、代謝が活発な乳児・幼児は、脱水を起こしやすいので、特に注意が必要です。

脱水になりやすい条件

- 汗をたくさんかいている
- のどが痛く、水分がとれない
- 食欲がなく、水分もとれない
- おう吐や下痢をしている

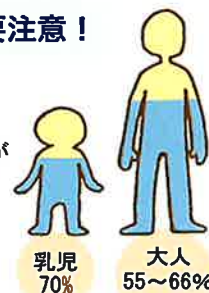
脱水にならないために

- 外出前、遊ぶ前から、前もって少しずつ水分をとる
- 汗をたくさんかくと塩分も排出されるので、食事におみそ汁やスープなどを加える

※子どもはのどがかわいても自分では言えないので、保護者が積極的に飲ませるようにしましょう。

初期の脱水のサイン

- トイレに行く回数や、おしっこの量が少ない（おしっこの色が濃い）
- 汗をかいてない
- 唇や皮膚が乾燥している



脱水のサインが見られたら

- 経口補水液（またはスポーツドリンク）を少しずつ飲ませる
- ※経口補水液は脱水症状が見られたときに飲むものなので、日常の飲料として使用すると塩分・糖分のとりすぎになるので注意しましょう。

脱水が進行すると

- 顔色が悪い
- ぼーっとしてる、元気がない、ぐったりしている
- 体温が上がる、逆に皮膚が冷たくなる

0・1・2
さい

蚊に刺されると、
すぐはれるのはなぜ？

蚊は、血液を吸うときに自分の口から唾液成分を私たちの体に注入します。この成分に、免疫が過剰に反応してアレルギー反応を起こし、腫れや痒みを起こします。ただ、蚊に刺されたことのない赤ちゃんや小さな子どもでは、体の中でアレルギー反応が起こるのに時間がかかり、反応も強くなります。そのため、少し時間が経ってから、すごく腫れることもあります。

1～2日後に腫れてくる

刺された翌日位から、赤く腫れたり水ぶくれになったりし、数日続きます。

ひどいときは病院へ

炎症を抑えるステロイドの塗り薬が必要な場合がありますし、水ぶくれからばい菌が入る危険があります。ひどいときは早めに病院で相談しましょう。



「たかが蚊」とあなどらないで

3・4・5
さい

赤ちゃんのころは蚊に刺されると、とても腫れていたのが、成長とともに少しふくれて、1～2時間ほどで治まるようになってきます。「これなら大丈夫」と思いたいところですが、子どもはかき壊して傷になることがあるので注意しましょう。

かき壊しから皮膚トラブルになることも

虫刺されをかいて傷ができ、そこからばい菌が入り、「とびひ」などの皮膚トラブルを起こすことがあります。

かゆみをやわらげる

かゆみ止めを塗ったり水で冷やしたりして、かゆみをやわらげます。

つめを切る

爪が伸びていると皮膚を傷つけます。短く切って、角はやすりなどで削ってあげましょう。

