7月　くるみえんだより

令和７年７月発行

　早くも梅雨が明け、すでに夏本番となりました。虫たちも暑さを察知してか、廊下や時にはクラス内でダンゴムシが歩いていることがあります。そんな虫を発見した子どもたちは目をキラキラさせながら触ってみたりつまんでみたり…。空容器を渡すと、それに大事そうにダンゴムシを入れて、さらに探しに行ってみたり…。時には暑さでバテたトンボが迷い込むことも…。「そーっとね」と伝えながら、生き物たちとの触れ合いも大事な経験だなと感じています。

　これから毎日のように暑い日が続きます。つい冷房を低い温度に設定してしまいがちですが、「効かせすぎ」に注意していきましょう。身体の冷えすぎは『免疫の低下』にも繋がります。園でも室温と外気温の温度差に留意しながら、元気な身体作りに心掛けていきたいと思います。

≪７月の目標≫

- 園では、夏季日課に入ります。遊びと休息のバランスに気を付け暑さに負けず元気に過ごしましょう。
- 夏の行事や食に親しみながら、子どもたちの興味関心の世界を広げていきたいと思います。

うたあそびコーナー♪

☆たなばた☆

1．ささのはさらさら　　おほしさまきらきら　　きんぎんすなご
のきばにゆれる

（両手を上にあげゆらす）

（ヒラヒラ手を振る）

（ヒラヒラしておろす）

2．ごしきのたんざく　　わたしが　かいた　　おほしさまキラキラ

（片手をひらきゆらす）

（自分を指さす）

（ヒラヒラ手を振る）

そらから　　みてる

（指さす）

（ながめる）

７月行事予定

※７月１日時点での行事予定です。

日	月	火	水	木	金	土
		１ スイミング	２ プール開き	３ 合同保育 職員会	４ 身体測定	５ 休園日
６ 休園日	７ 外来 BC	８ 合同保育 合同遊戯	９ おもちゃ作り 研究日	１０ 合同保育	１１	１２ 休園日
１３ 休園日	１４ 外来 CA	１５ 合同保育	１６ 誕生会 大掃除 安全総点検 研究日	１７ 合同保育 避難訓練	１８	１９ ちびっこ夏 まつり
２０ 休園日	２１ 休園日	２２ 合同保育	２３ 給食保健委員会 研究日	２４ 合同保育	２５ クラス懇談会	２６ 休園日
２７ 休園日	２８ 外来 AB	２９ 合同保育	３０ 企画委員会 研究日	３１ 合同保育		

〇８日（火）合同遊戯
　福角保育園のお友達と一緒に遊びます。水着セットの用意をお願い致します。

〇１９日（土）ちびっこ夏まつり
　９：３０～１１：３０　雨天時も実施致します。遊びコーナー、職員の手作りおもちゃ販売、父母の会バザー、ゲームコーナー等をご用意しております。お楽しみに！

〇２５日（金）クラス懇談会
　詳細はお便りにてお伝えいたします。

８月行事予定

※７月１日時点での行事予定です。

日	月	火	水	木	金	土
					１	２ 職員会
３ 休園日	４ 外来 BC	５ 合同保育 スイミング	６ 研究日	７ 合同保育 合同遊戯	８ 身体測定	９ 研究日
１０ 休園日	１１ 休園日	１２	１３ おもちゃ作り 研究日	１４ 休園日	１５ 休園日	１６ 休園日
１７ 休園日	１８ 外来 CA	１９ 合同保育 スイミング	２０ 誕生会 大掃除 安全総点検 研究日	２１ 合同保育 避難訓練	２２ 交通事故 想定訓練	２３ 給食保健委員会 研究日
２４ 休園日	２５ 外来 AB	２６ 合同保育	２７ 企画委員会 研究日	２８ 合同保育	２９	３０ 休園日
３１						

ある日のできごと

りすぐみ

　りす組の今月の壁面はアイスクリームなのですが、７月１日に登園して入室した子どもたち。Ｔちゃんが「わぁ、アイスクリーム！」と言ったのを皮切りに、次々と子ども達が壁面にくぎ付け。「わぁ！」「おいしそう！」と口々に言う声や、笑顔で指で差す子ども達がとても可愛らしかったです。ちびっこ夏祭りでは、食べ物の見立て遊びコーナーになるりす組のお部屋。是非壁面にもご注目下さい。

うさぎぐみ

　今年はあっという間に梅雨があけてしまい、雨がほとんど降らなかった６月でした。そんな中でも雨が少し降った日にカッパの制作をして、できあがったものを着て雨の日散歩をしました。色とりどりのカッパを着た子どもたちはとってもかわいく水たまりに入ってみたり、大人と一緒に歩いてみたりしています。カッパの感触が苦手だった子も傘を持ってお散歩することができました。季節を感じられるささやかな遊びができて良い機会となりました。これからも自然や季節にちなんだ遊びをすすめていきたいと思います。

こじかぐみ

　こじか組のお友達はやってほしいことがあると大人に伝えてきたり、呼びに来てくれたりしています。ある日、「ブランコ出して」と伝えに来てくれて、大人が傍にいると交代しながら乗っていたのですが、大人が居なくなると「とられたよ～」「先生助けてよ～」と伝えてくれることがあります。でも今では、大人に助けられるだけでなく、お互いに主張し合いながら、一緒に乗ってみたり、相手が乗ってる背中を押してスピードアップで早く１０カウントを終わらせて交代しようとしていたりします。可愛いやり取りに、大人はほっこりさせてもらっています。

きりんぐみ

　みんなが大好き、『わにさんどき、はいしゃさんどき』という絵本。繰り返し読む中で、すっかりセリフを覚えた子どもたち。ある日、お帰りの準備をしていて、ちょっとバタバタしていたもんだから、「もう少ししたら、この絵本読むからね～」と準備しておくと…。一人の子がその絵本を手に開き始めて…。隣にもう一人やってきてその絵本のセリフを言って…。また一人やってきて覗き込んで…。もう子ども達だけで絵本楽しめちゃってるやん！！しかもページに合ったセリフをちゃんと言ってるから、なおさらビックリ！！ちっちゃい先生がたくさんいました(*’ω’*)

ほけんだより

日に日に日差しが強くなり、本格的な夏がそこまできています。あまりの暑さに体が慣れず、体調不良が心配されます。寝不足などの生活リズムの乱れは熱中症にもつながるため、睡眠と栄養を大切にしていきましょう。

水遊び・プール遊び

□熱は何度ありますか
□鼻水や咳はないですか
□薬を飲んでいませんか
□睡眠は十分にとれていますか
□朝食は食べましたか
□とびひやジクジクした傷はありませんか
□目やにが出たり、目が充血したりしていませんか
□耳の異常はありませんか（耳痛・耳だれ・中耳炎など）
□下痢・腹痛の症状はありませんか

※少しでも気になることがある場合は、職員までお知らせください。

虫刺されに注意しましょう

子どもの肌は大人と比べるとデリケートです。蚊に刺されただけで大きく腫れたりかゆみが起きたりすることがあります。かき壊すとそこから菌が入り、とびひになることもあるので、早めに手当てをしましょう。

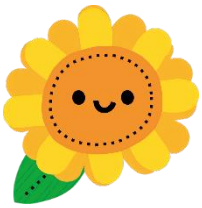
かき壊しを防ぐためには…

・爪を切る
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。

・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。

虫を寄せ付けない工夫も大事

虫よけ剤を使ったり、長袖や長ズボンなど肌の露出の少ない服装にするのも効果的です。虫よけ剤は帰宅後には石鹸などで洗い流しましょう。



給食だより

先月の試食会の多数の参加ありがとうございました。試食参加してみて、どうでしたか？味が薄いな・ちょうどいいな・思ったよりもしっかりしている。などなど感想があると思いますが、レシピを参考にしてもらって家庭で作ってもらえたらなと思います。

今年は梅雨も例年より早く明け、ジリジリ夏がやってきましたね。体が思うように対応できていないと思うので、無理なく過ごしていきましょう。

おいしい夏野菜をたくさん食べよう！

【キュウリ】利尿作用／余分な熱をとる／余分な塩分をとる／のどを潤す
※ほてった体を冷やしてくれます!
【ピーマン】血をさらさらにする
【トマト】食欲増進／余分な熱をとる／のどを潤す
※水分がたくさん含まれています!
【ナス】余分な熱をとる／血のめぐりを良くする／化のうやはれを治める
【レタス】余分な熱をとる／血のめぐりを良くする／化のうやはれを治める／利尿作用
【スイカ】体を冷やす／のどを潤す／利尿作用／むくみをとる／酒毒をとる
【トウモロコシ】胃腸の調子を整える
※タンパク質がたくさん!

天然素材のジュース

この季節、子どもが好むジュースですが、糖分の過剰な摂取が気になるところです。100%果汁のものも、意外に糖分を多く含んでいる場合があります。少し薄めるなどの工夫をしましょう。

デトックス食材

デトックス食材とは、解毒作用に効果を発揮する食材のことです。人の体内にはふだんの食事を通して、知らない間に有害物質が蓄積されています。デトックス食材は、それらの物質を解毒してくれるものです。
【代表的なデトックス食材】タマネギ（成人病、老化に効果）、ニンジン（成人病、アレルギー、老化に効果）、ダイズ（毒素を解毒）など

【６月　人気メニュー】

１日（木）	昼食	マーボー豆腐　バンサンスー
１０日（木）	昼食	レバーのマリアナソースかけ
２０日（金）	昼食	鶏つくね煮込みハンバーグ
２４日（木）	昼食	鶏肉のたつた揚げ