

# あそぶ あそぶ あそぶ

令和5年 7月号

園長 橋本希義

7月（文月ふみづき）に入りました。文月の由来は、7月7日の七夕に詩歌を献じ、書物を夜風にさらす風習があるからというのが定説となっています。七夕飾りは、「七夕伝説」をもとに、技芸の上達を願う事や日本古来の他の伝説や、「お盆前の清めの風習」などが結びついて現在のようなかたちとなりました。いずれも祈りや願いがテーマとなっており、それを具現化したものが七夕飾りです。世界が平和になる事を願いたいです。

6月は、プール開きがあり昨年とはプールの配置を変えました。園庭では、幼稚部・保育部との交流を持てるような保育を行っています。幼稚部・保育部が園庭で水遊びの中でもお兄さん・お姉さんとの交流で子どもの豊かな経験を育んでいます。またホタル祭りでは、天候にも恵まれ舞台上で年長児の元気な踊りを披露することが出来ました。沢山の保護者の方々にお越し頂き感謝いたします。

園では、園の環境も見直し草花を増やしています。また園庭の山も見直し築山を造成したり改修したりしました。幼児は山があるだけで登りたがります。脚力やバランス感覚が良くなるような環境にしました。保護者の皆様には、保護者会を通して園内清掃や納涼大会など様々お力をお借りする事と存じます。改めて園児だけでなく保護者の個性も光る園である事が嬉しく思います。

## ◆幼児期に知恵に繋がる力を育てる

子どもは、1歳半頃から思考の働きが急速に発達していきます。自分の欲求を満たすために、泣いたり、大きな声で欲求したり、時には全身を使って抵抗し、周りへ必死で訴える

ようになっていきます。手をやく時期がやってきます。親はなんとか言い含め納得させようと必死になりますが、子どもも同じように必死に抵抗します。そして、ようやく自分の思いを果たすことが出来ると、手の平を返したように喜びの気持ちを体一杯に表現してくれるのです。その姿を見た途端、すべてを許してしまうのが親心です。さて、こうした経験は子育てをしていく上でできっと誰もが経験していくことだと思いますが、そんな時子どもの内面ではどのような事が起きているのでしょうか。まず、欲求やねだりは、自分自身であることが少しずつ理解できるようになってきたことから始まります。自分で自分の名前が言えるようになったことがその証拠です。自分のことが分かるようになるということは、自己の欲求を他者に求めようと主張する力が芽生えているということなのです。その欲求や主張に対し応ずるかどうか、親御さんはタイミングがとても難しいですね。実は、早すぎても遅すぎても、知恵に繋がる力には繋がらないのです。子どもが自分の欲求を相手に説得させるための手段を、あの手この手と試行錯誤する時間が、知恵を培う大切な時間になります。そして子どもの自立心や協調性、自己肯定感を育ち持つことにも繋がっていきます。子どもだからと言って、場当たりに欲求に応じたり拒否したりしてしまうことは、知恵を学び蓄えようとする力を阻害してしまいかねません。「ダメ」は、危険が伴うときや親が必要と感じたときに、一貫して使うように心がけたいですね。なるべく対話を続け、少しずつ子どもが納得する方向に誘導していくことが、とても大切な大人の役割になります。時には、このようなやりとりを楽しんでみてください。

（教育雑誌より）



# 7月の目標

## 全体の目標

◎様々な経験を通して園生活を豊かにしよう

プール遊びや笹飾り作り、夏の季節感を味わいながら園生活を満喫しましょう

## 学年の目標

- ★0歳：沐浴などしながら、日々気持ちよく過ごす。
- ★1歳：夏ならではの遊びを楽しみ、心身ともに開放感を味わう。
- ★2歳：水遊びを通して、水の冷たさや心地よさを友だちや保育者と共感し楽しむ。
- ★年少：好きな遊びを見つけ、先生や友だちと一緒に遊ぶことを楽しむ。
- ★年中：開放感を感じながら気の合った友だちと一緒に遊ぶ楽しさを味わう。
- ★年長：友だちと関わりながら、自分なりの課題を持ち、試したり工夫したりする。

## <お知らせ & お願い>

- ※10日(月)のお願い聞いてね笹もやしでは、笹飾りを燃やし願いを天に届けます。お家にある笹飾りを持ってきて一緒に燃やすこともできます。
- ※14日(金)・15日(土)は、年長児のお泊り会となっています。年長さんは別紙をご覧ください。
- ※1学期終業式は19日(水)になります。1号認定児さんは、20日(木)～8月22日(火)まで夏休みになります。けがなどないよう元気に過ごして下さいね。  
尚、2学期の始業式は8月23日(水)1号認定さんは午前保育となります。  
1号認定さんの夏休み預かりを予定しています。のちほどおたよりが出ますのでご確認ください。
- ※保育料の引き落としは、7月10日(月)になっています。ご確認ください。  
また、離職や出産・育児休業に伴う認定変更については、毎月20日が締め切りとなっていますので、早めに担任もしくは事務までご連絡下さい。
- ※保護者の方々の日頃のご協力に心から感謝いたします。幼稚部の制服登園に伴い、業者からの値上げから早めの注文を促していましたが、再度必須用品をご確認下さい。  
夏：ロゴTシャツ・制服ズボン・スカート・夏エプロン・ハーフパンツ・カラー帽子・通園カバン  
〔園指定でなくOKのもの：半そでポロシャツ(運動遊びやどうしてもロゴTがない場合に着用)  
夏帽子・上ズック・靴下〕  
冬：制服ジャケット・制服ズボン・スカート・春秋帽子・スモック・ハーフパンツ・カラー帽子  
通園カバン  
〔園指定でなくOKのもの：長そでポロシャツ・トレーナー・上ズック・靴下〕



## インフォメーション



### ぴかりんくらぶ

4日(火) 「シャワープールで遊ぼう！」  
7月生まれの誕生会  
・夏ならではの開放的な遊びをしましょう♪

### すももくらぶ

6日(木) 「寝相アート」  
7月生まれの誕生会  
・素敵な写真を撮りましょう♪

11日(火) 「親子リトミック！」  
・親子でリズムに合わせて体を動かして遊ぼう♪

### 《園舎・園庭開放》

園舎(10:00～11:30) 園庭(10:00～14:00)

※休日以外開放していますので、来園の際は事務室まで一声かけてくださるようお願い致します。





## はみがきマン頑張る！

むし歯予防デーにちなみ、むし歯予防の集会を開きました。はみがきマンが登場し、むし歯にならないように歯磨きの大切さと歯の磨き方を教えてもらい、みんなで作ったはぶらしをゴシゴシして、元気に歌に合わせて歯磨きの練習をしました。これからも歯磨き頑張ろうね☆  
むし歯のあったお友だちは、歯医者さんに診てもらって下さいね。



## 年長さんさつまいもの苗植え

愛農クラブのご協力のもと、宮ノ下の畑にさつまいもの苗を植えてきました。愛農クラブのお兄さん方から、苗の植え方を教えて頂き、あっという間にたくさんの苗を植えることが出来ました。そして、畑の横に、たくさんのひまわりの種を植えました☆  
水くれや草むしりなど時間を見て観察に行きたいと思います。秋の収穫がとても楽しみです。



## プール開き

今年度は、園庭に大きなプールを出し、園長先生がお酒とお塩でプールを清めてくれました。そして、みんなでお約束を聞き、元気に体操をみんなで踊りました♪  
これでみんなで安全にプールに入れます。「今日プールに入る？」と楽しみに登園してきてくれる子ども達と今年の夏も沢山遊ぼうと思います☆体調のチェックは忘れずによろしくお願いします。



## 子ども達の大好きな水遊び☆

それぞれの学年で楽しい水遊びを考え、水が怖い!!というイメージをなくしていきます!





## 6月誕生会☆保育部お誕生日おめでとう☆



保育部さんのお友だちは、誕生日の日にクラスのみんなの前でお祝いをします☆保育室にいくと入り口がハッピーバースデー！の飾りがあるときはお友だちのお誕生日です！玄関の誕生表にもかわいいお友だちのお写真が飾ってあります！お誕生日のお友だちを見かけたら「おめでとう！」と声をかけあえる、みんながそんな関係になれるといいですね☆



年少さんは誕生会の後に、スライム遊びを楽しみました☆



年長さんは、お友だちがリオンドールから選んで買ってきてくれたおやつを喜んでいただきました☆



年中さんは誕生会でチャレンジマンの落とした果物探しに挑戦！

## ほたる祭り 年長さんお疲れ様でした☆

ほたる祭りに向け一生懸命頑張ってきた鳴子ダンスを披露し、たくさんの拍手を頂いてきました。緊張する～！とドキドキしていた子ども達でしたが、いざ！舞台に立つと堂々と発表する姿に頼もしさを感じました。インタビューもとても堂々としてかっこよかったですよ！年長さん、大変よくできましたね🎉



お家の方に見てほしくてたくさん練習しました☆ 早くお店に行きたいな～と横目に会場に入場しました(笑)

## 野菜の収穫を楽しんでいます！

各学年で育てた野菜が実り、収穫を楽しんでいます！冷やして食べたり🍅キュウリの漬物🥒を喜んでおいしく食べている子ども達☆自然の恵みのすばらしさを感じています☆これから、ジャガイモやスイカ、ナスやゴーヤなどたくさんの野菜が育ちます！子ども達と収穫を楽しんでいきます！





## 保育参観ありがとうございました☆

新型コロナが第5類に移行したことにより、行事や活動も少しずつ前の頃のように復活し始めました☆子ども達の園での様子や成長の様子をどうにか見て頂きたいと、お家の方のご協力のもと参観を楽しくそして思い出のあるものとして終えることが出来ました。子ども達もお家の方と一緒に最高の笑顔で過ごしていましたね。



保育部さんは自由参観となりましたが、たくさんのお家の方が子ども達の園での様子を見に来てくださいました☆お家の方が来てもお友だちと遊ぶ姿に「え〜ママって来ない😞」と嬉しいやらさみしいやらと笑って話すお家の方との会話に成長を喜ぶ姿が嬉しかったです！



年少さん初めての参観日！七夕飾り作りをお家の方と一緒に楽しみました☆優しく見守るお家の方の姿や満面の笑顔で過ごす子ども達の姿がとても微笑ましい一日でした☆



年中さんは、船作りをお家の方と一緒に楽しみました。形になった牛乳パックをどんなふうにする？と一緒に考える親子の姿に愛情を感じた一日でした。お父さんの参加が多く微笑ましかったです♡



年長さんは、お泊り会に飾るランプシェードをお家の方と作りました。風船に張子をしてあとはランプを入れて飾ります！お泊り会が楽しみですね☆年長さんでもお家の方が来るのを廊下ですっと待つ姿が微笑ましかったです☆





## 川南小学校のみなさんありがとうございます！

川南小学校のお兄さん・お姉さんが育てて下さったお花を、園で育てて下さいと年長さんが代表で3つのプランターを頂きました。年長さんが世話をし、水をあげたり、大切に育てていきたいと思います。幼保園がみどりいっぱい華やかな園になるといいですね☆



## 大学の学生さんの実習や中学生の体験学習など 経験の場になっています！

短大や大学の学生さんが保育教諭になろうと学びに来てくれています。手遊びや紙芝居、たくさん遊んでくれています。これからも素敵な先生になれるよう園に学びに来てくれますのでご理解お願いいたします。また、北会津中学校や若松第4中学校の子ども達が職業体験で幼保園を体験に来てくれています。幼保園の先生ってどんな仕事？と子ども達の夢の一つにつながってくれればいいなと思います。



## 講師の先生に保育を見ていただきました！

学校法人白梅講師めばえ幼稚園ひかりの子保育園の森先生に、保育の様子を見ていただき先生方にたくさんのアドバイスとお褒めの言葉を頂きました☆子ども達の遊びの様子を見てまわり、『見て見て』と色々なものを見せてくれたり、『こっちに来て！』と遊びに誘ってくれる子ども達の人懐こい姿に喜び、一緒に楽しんでくれました。子ども達がのびのびとしていてとても素晴らしい☆とのこと。先生方も子ども達のやりたいを満足させていることをほめて下さり、これからの先生方の気力となりました！課題となったことやアドバイスいただいたことをこれから学んでもっともっと素敵な幼保園にしていきますのでご期待ください！



## 編集後記

行事や活動の中止や縮小が続き、子ども達へ伝えたい活動への取り組みが思うようにいかず、職員も感染予防に気を付けながら楽しく出来る保育を提供しようと、一生懸命にアイデアを出しながら子ども達と過ごしてきました。コロナも5類になり、少しずつではありますが以前のように活動を進めていけるようになってきました。今後も、感染予防に努めつつも楽しい企画を考えていこうと思います☆そこで、みんなが楽しく・元気に過ごしていくにはやはり体調管理が大切だと思います！

眠そうにしている子どもさんやお腹空いた～！と登園してくる子どもさんもいます。

手洗い・うがいはもちろん大切ですが、睡眠と食事とても大切な感染予防です。夏の暑さを感じるようになり汗だくで遊ぶ子ども達が、元気に過ごせるようにみんなで健康な体を作っていきましょう！子ども達の様子や園行事の様子はクラスのFacebookの他に園のホームページにも掲載しています。子ども達の園での輝く姿を覗いてみて下さいね。

副園長 ウエストポーチ





じめじめ・じとじとした梅雨が到来しました。6月8日にフェール開きを行い、子どもたちは大好きな水遊びを楽しんでいます。体調に気をつけてこれから来る夏を乗り切りましょう。

## 気をつけたい 夏風邪

### いんとうけつまくねつ 咽頭結膜熱（プール熱）

その名のとおり、のど（咽頭）と目（結膜）に炎症が起こり、高い熱が出ます。うつりやすいため、家族みんなでこまめに手を洗い、タオルなどを共有するのはやめましょう。

### ヘルパンギーナ

突然高い熱が出て、数日続きます。口の中に水ぶくれができ、2～3日ほどで破れて潰瘍になって痛みます。原因となるウイルスが複数あるため、繰り返しかかることがあります。

### 手足口病

最初に口の中にポツポツができ、痛みのため飲んだり食べたりするのをいやがります。このときに熱が出ますが、半数は熱を伴いません。その後、手のひら、足の裏に赤っぽい水ぶくれができ痛みます。原因となるウイルスが複数あるため、何度もかかる可能性があります。

## おうちで休むときは……

### 水分補給をしっかり

暑さや熱で水分が失われると、口の中やのどに痛みが出やすく、食べるのをいやがりがち。アイスクリームやゼリーなど、口当たり、のどごしのよいものを少しずつとらせるか、脱水にならないように水分だけは飲ませるようにしましょう。



#### 特徴

- ・38～40度の高い熱が数日続くことも
- ・のどが痛む
- ・白目が充血（赤くなる）し、まぶたがはれる、涙や目やにが出る

#### 【登園再開の目安】

熱や目の症状が治まった後、2日が経過したら

#### 特徴

- ・口の中、のどに白っぽい水ぶくれができる
- ・高い熱が数日続くことが多い

#### 【登園再開の目安】

熱や口の中の水ぶくれ・潰瘍が治まり、普段の食事がとれるようになったら

#### 特徴

- ・口の中のポツポツが痛むため、飲んだり食べたりするのをいやがる
- ・手のひらや足の裏にポツポツができる

#### 【登園再開の目安】

熱や口の中の水ぶくれ・潰瘍が治まり、普段の食事がとれるようになったら

### 回復するまで

夏風邪は、どれも特效薬はありません。休むことがいちばんの薬です。しっかり休んで回復させるほうが、ぶり返しにくく、長引きません。



ゆっくり  
治す

## 水いぼ

水いぼは、皮膚にウイルスが感染してできる小さないぼです。特に治療しなくても、体に免疫がついて1年以内に自然に治まることがほとんどですが、中には2～3年かかるときもあります。痛みやかゆみはありませんが、気になってかき壊すと、数が増えたり、とびひの原因になります。

### 「水いぼ」って？

つるんとしたいぼで、かいたりして破れると、中から白くドロっとしたものが出てきます。



## 水いぼがあるときは……

### 肌を傷つけない

皮膚が荒れたところから水いぼのウイルスが侵入します。皮膚は清潔にして、保湿ケアでよい状態をキープしましょう。かき壊さないよう、つめは短く切つて。



### 増えるときは受診を

数が増える、大きなもののできたときは、かかりつけ医に相談しましょう。水いぼをつまみ取る治療や液体窒素で凍結させる治療が行われることもあります。

肌と肌が触れ合うとうつることがあるので、水いぼがあるときは職員にお伝えください。



※園からの以前配布しました「フェール活動について」は、水いぼ・とびひ等がある場合のみ提出が必要となります。

病院を受診してフェールに入っても問題無いかの確認と、その他の指示があれば「指示内容」に記載して頂いて下さい。

## 生活リズムを整えて 元気に過ごそう！



### 決まった時間に 起こしましょう

朝、自然に起きるまで待つのではなく、時間を決めて起こしましょう。睡眠のリズムが整いますし、身支度や朝ごはんの時間をしっかりとれます。

健康のためには、生活リズムを整えることが大切です。生活リズムを整えるポイントはいくつかありますが、特に大事なものは「朝の生活改善」です。朝起こす時間からチェックしてみましょう。

お休みの時は、少しゆっくり過ごしてリラックスすることも必要です。

### 寝るのが遅くても、 起こす時間は かえないで

前の日に寝るのが遅かったからと寝坊させると、睡眠のリズムが後ろにずれてしまいます。早く起こして、早く寝かせることでリズムを整えましょう。

### お日様を浴びて さっぱりしましょう

朝はカーテンを開けて、外の光を入れましょう。目覚めがさわやかですし、体内時計がリセットされます。

### 顔を洗って眠気も 洗い流しましょう



水の刺激でしゃっきり目が覚めます。赤ちゃんは、ぬらしたタオルで顔をふいてあげましょう。

### 朝ごはんを 食べましょう

元気に1日過ごせるよう、しっかり栄養とエネルギーをとりましょう。主食（エネルギー源）、たんぱく質、野菜類のバランスがとれているのが理想的です。



### たくさん 遊びましょう

日中は、好きな遊びで体と心を動かします。休日も、できれば通園日と同じ時間帯にお昼寝できると生活リズムが乱れにくいです。



### お風呂は早めがおすすめです

熱いお風呂で体がポカポカになると、眠気が起こりにくくなってしまいます。寝る1～2時間前に入るのが理想です。また、入浴から寝るまでの時間が短いときは、ぬるめがよいでしょう。



絵本を  
読んで  
寝ようね。

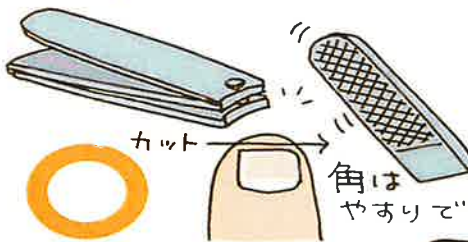
### 9時ごろにはおふとんに入りましょう

寝る時間を一定にし、9時ごろまでには就寝させましょう。寝る前にはテレビを消す、絵本を読むなど“寝る前の儀式”を決めて、眠りに向かう雰囲気をつくるのもおすすめです。

## つめの伸びすぎ・切りすぎはトラブルのもと

### 長すぎるとひっかきやすい

子どもの皮膚は薄いので、つめが伸びていると肌をかいたときにひっかいて傷になることがあります。また、つめが衣類などに引っかかりやすくなります。1週間に1回、つめをチェックして整えてあげましょう。



特に足の指は  
巻きづめになりやすいので、  
切りすぎに  
注意しましょう。

### 短すぎると巻きづめになりやすい

つめを短く、丸く切りすぎると、つめの両端が皮膚に食い込む「巻きづめ」になりやすくなります。

つめの白い部分を少し残して、まっすぐに切りましょう。角は切り落とすのではなく、やすりで丸く整えます。





# ぱくぱく だより

2023  
7月号



梅雨が明けるといよいよ夏も本番です。子どもたちは暑さを吹き飛ばす勢いで、元気いっぱい活動しています。

夏は強い紫外線から体を守るためにビタミンAやビタミンCがたくさん必要になります。これらが豊富に含まれている食材は、ウナギ、レバー、人参や、ピーマン、キウイ、ブロッコリーなどです。ビタミンCは体内で生成されないため、毎日の食事やおやつから継続的に摂りましょう。

## ～7月7日は七夕給食～

年に一度織姫と彦星が会える七夕の日、皆さんはどんな願いを短冊に込めるのでしょうか。この日の給食はいなりずしとそうめん汁、おやつはお星さまクッキーです。ぜひ子供たちにも、目で見て、食べて楽しんで欲しいです。



## 《毎月19日は食育の日です》



## 熱中症を予防しよう



暑さで注意が必要なのが熱中症です。のどの渇きを感じる前に、こまめに水分補給を行きましょう。子どもは大人よりたくさん汗をかくように見えるため、常に塩分補給が必要だと思われがちですが、通常の生活や活動では、体内から大量の塩分が失われることは少ないといわれています。ただし、長時間にわたりたくさん汗をかく場合には、塩分補給も必要です。水分・塩分補給というと、イオン飲料やスポーツドリンクが思い浮かびます。熱中症予防には有効的ですが、糖分を多く含んでいるので満腹感に繋がりが、食事が進まなくなることがありますので飲み過ぎには注意しましょう。

## こよみ

### 今日の二十四節気



☆二十四節気とは☆

昔、農作物を作るための目安として季節や自然の変化を表した暦です。二十四節気の変り目の日には、季節食材をふんだんに用いた給食の提供をしています。

**小暑** (しょうしょ) 7月7日頃

梅雨明けで気温が急に上がり、本格的な夏を迎えます。この小暑から立秋になるまでが、暑中見舞いの時期です。

**大暑** (たいしょ) 7月23日頃

最も暑い頃という意味ですが、実際の暑さのピークはもう少し先になります。土用のうなぎ、風鈴、花火、浴衣と夏の風物詩が目白押しです。

## オクラ梅ご飯



《約4人分》

- ・米 2合
- ・水 適量
- ・オクラ 中4本
- ・きゅうり 1本
- ・しらす 20g
- ・ねりうめ 4g
- ・酒 小さじ1/2
- ・みりん 小さじ1/2
- ・しょうゆ 小さじ1/2
- ・刻みのり 0.8g

《作り方》

- ①オクラを茹で、小口切りにします。
- ②きゅうりは半月切りにし、しらすと一緒に茹でて水気を切ります。(ご家庭では生でも可)
- ③Aの調味料を加熱してアルコールを飛ばし、冷まします。
- ④ボウルで①、②、③、ねりうめを和えます。
- ⑤ご飯の上に④をかけ、刻みのりを乗せたら完成です。

☆長芋を加えても美味しくいただけます。

◎二次元コードを読み取ると  
参考動画を見ることができます。

