



令和 5 年度

えんだより

西出水認定こども園 園長 萩嶺善信 出水市西出水町367番地
電話62-0577 担当 島田 昌子



暑い日が続き、本格的な夏がやってきます。暑い中でも元気いっぱいなこども達、水分補給や汗拭きをし、熱中症などにかからないよう、気を付けてプールや水遊び、泥んこ遊びなどこの時期ならではのあそびを楽しんでいきたいと思ひます。

ご家庭では、早寝・早起き・朝ご飯の規則正しい生活で健康に過ごせるようにお願いします。



子どもの窒息事故にご注意ください!!

県内でもリンゴによる窒息事故が発生しており、給食の際は、細心の注意を払って食事の提供に当たります。ご家庭でもお子様の誤飲・誤嚥には十分ご注意ください。

誤飲予防 (誤飲:食品以外の物を間違って口にして起きる事故)

- ①子どもの気管(直径4cm 位:トイレットペーパーの芯の太さ)より小さい物を手の届くところの置かない。
- ②収納場所の扉や蓋は、子どもが明けられないようにする。

誤嚥予防 (誤嚥:食品がのどに詰まって窒息する事故)

- ①食品を小さく切り食べやすい大きさにして与える。
- ②一口の量は、子どもの口に合った無理なく食べられる量にし、喉に詰まりやすい食品は大きさに注意する。
- ③ピーナッツなどの硬い豆、ナッツ類は、3歳頃までは食べさせないようにする。
- ④ブドウやミニトマト等丸くてつるつとした物は4分割して形態を変えて(丸くない形)与える。
- ⑤急いで呑み込まず、ゆっくりとよく噛み

胸骨圧迫 (心臓マッサージ) と 人工呼吸

心肺蘇生は成人と同様、
胸骨圧迫(心臓マッサージ)30回と
人工呼吸2回の組み合わせを絶え間なく続けます。

- 胸の厚みの約1/3沈む深さまで強く圧迫します。
- 成人と同様、人工呼吸ができる場合は、気道を確保し人工呼吸を2回行います。
- 胸骨圧迫(心臓マッサージ)30回と人工呼吸2回を交互に行います。



乳児(1歳未満)の場合

両乳頭部を結ぶ線の少し足側を目安とする胸の真ん中を、2本指で押します。



小児(1歳以上16歳未満)の場合

体格が大きければ、成人同様に両腕で胸骨圧迫(心臓マッサージ)を行ってもよい。



子どもの気道異物の除去

- 乳児では、腹部突き上げ法は行いません。背部叩打法のみ行います。
- 反応がなくなった場合は、子どもの心停止に対する心肺蘇生の手順を開始します。

心肺蘇生法の手順

- 乳児の気道異物の除去
 - 1.救助者の片腕に、乳児をうつぶせに乗せ、手のひらで乳児のあごを支えつつ、頭を体よりも低く保ちます。
 - 2.もう一方の手のひらの基部で、背中の中を数回強く叩きます。





ぞうぐみだより

7月号

担任 長谷川 純子

子ども達が楽しみにしていたプールあそびの夏がきました。みんなが楽しくプールあそびができるよう、クラス前の掲示物をよくお読みになって下さい。また、早寝・早起き・朝ごはんと毎日の検温（**プールカードの記入がないと、プールあそびはできません**）、爪のチェックなどもよろしくお願ひ致します。ぞうぐみさんは、水着やタオルなどの準備を自分でしてみるよう、クラスでお話ししますので、おうちでも言葉かけをしてみてください。よろしくお願ひ致します。



草取りと虫探し



ひまわりの水やりはお当番さんがします。大きなかぼちゃがたくさん採れました。



しゃぼん玉あそび



お知らせとお願い

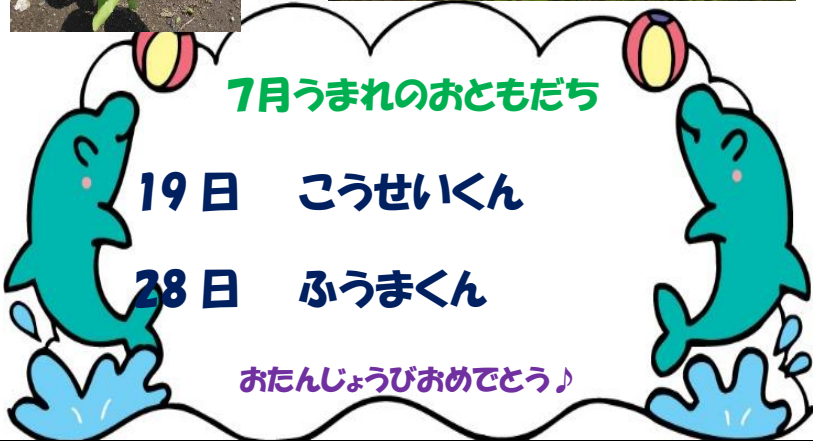
- ◎ 毎日の水筒の準備をありがとうございます。茶渋などが付いてきますので、週に1度は塩素系漂白剤などに付け置き洗いをお願い致します。
- ◎ 髪の毛の長いお子さんは、頭の高い位置でほどけないように結んで下さいますよう、お願い致します。（結ばずにプールあそびで濡れると、服まで濡れてしまいます。）
- ◎ ぞうぐみのプールあそびは、**毎週月曜と金曜**に計画しました。プールあそびをしない日は、天気や気温次第でシャワーや水遊びをします。フェイスタオルは汗拭き用と2枚持たせて下さい。よろしくお願ひ致します。

7月うまれのおともだち

19日 こうせいくん

28日 ふうまくん

おたんじょうびおめでとう♪





きりんぐみ



担任 上間 愛



先日の保育参観はありがとうございました。ちょっぴり緊張していた子ども達でしたが、普段の様子がみていただけてのではないのでしょうか。今月は、こども達が楽しみにしているプール遊びが始まります。事故等気をつけながら、思い切り楽しめたらと思います。



プールに入る際のお願い

- プールカードに必ず記入して持たせてください。
※忘れたり、記入漏れがあると入れません。
- 爪は短く切ってください。
- 髪の毛の長いお子さんは、必ず髪の毛を結んでまとめてください。
- 早寝・早起き・朝ごはんをしっかり食べ、体調を整えてください。



お知らせ

先月行われた検尿は、全員異常なしでした



お当番さん・なすびの収穫の様子



出水中央保育園へお散歩

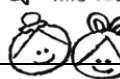
- 21日 ひろあきくん
- 22日 ふたばちゃん
- 27日 みなとくん



夏にかかりやすい病気

夏かぜの原因の代表であるエンテロウイルスやアデノウイルスなどは高温多湿を好み、感染すると下痢や腹痛・激しいせきなどの症状が見られます。ほかにも「ヘルパンギーナ」「手足口病」「プール熱」などが夏にかかりやすい病気です。手洗いやうがいをする、しっかり食事をとる、体を冷やしすぎない、疲れた日は早く寝るなどして、ふだんから免疫力を高めて予防しましょう。

☆☆☆☆ 七夕とは、中国から伝わった織り姫と彦星の「星伝説」と、書道や裁縫の上達を願う風習「乞巧奠」に、日本の「棚機女」が神様のために着物を織る神事が合わさって、今日に伝えられている行事です。今年の7月7日は、織り姫と彦星が無事に会えるでしょうか。夜空を見上げ、天の川を探してみましょう。





うさぎぐみだより



担任 出口 なつえ

暑い日が続き、子どもたちは汗をかきながらも元気いっぱいに戸外遊びを楽しんでいます。

戸外で大好きな遊びNo.1は、虫探し！特にダンゴムシは春から大人気で、毎日「せんせい、むしさがして〜。」「ダンゴムシ見つけたよ！！」と声をかけてきてくれます。そして、砂遊び、滑り台、バイクや三輪車遊びが定番となっているようです。好きな遊びを存分に楽しんでいる様子を見ると私たちも楽しくなります。

7月に入り、プール遊びがいよいよ始まります。初めての大きいプールにびっくりするお子さん多いと思いますので、それぞれのお子さんの様子を見ながら、楽しめるようにしていきたいと思います。

～月室内遊びの様子月～



◎お知らせとお願い◎

◎プール遊びが3日から始まります。園だよりや貼りだしてあるお知らせを確認して下さるようお願いいたします。また、検温や○がないと入れないので、プールカードの記入漏れのないようお願いいたします。

◎汗拭きタオルも引き続きもたせてください。(フェイスタオル)

◎汗をかいて衣服の着脱が難しくなっているようです。サイズが小さかったり大きすぎると特に苦戦しています。体に合う、着脱しやすいものを持たせて下さるようお願いいたします。

※うさぎのプールは、月曜日と水曜日になります。



11日 ゆあちゃん

20日 こうきくん

25日 あおとくん

※健康診断の結果は、
異常なしでした。



いすぐみだより



担当 丸畑 ゆかり

あっという間に夏到来です。暑さに負けないくらい元気な子ども達です。今月は、プールも始まります。子ども達の体調を見ながら、思い切り夏の遊びを楽しめるようにしていきたいと思います。また、暑さで疲れも出やすいので、引き続き、子ども達の体調管理にも気を配ってきたいと思います。元気に過ごすための「早寝・早起き・朝ごはん」を心がけていきたいですね。



給食の時間



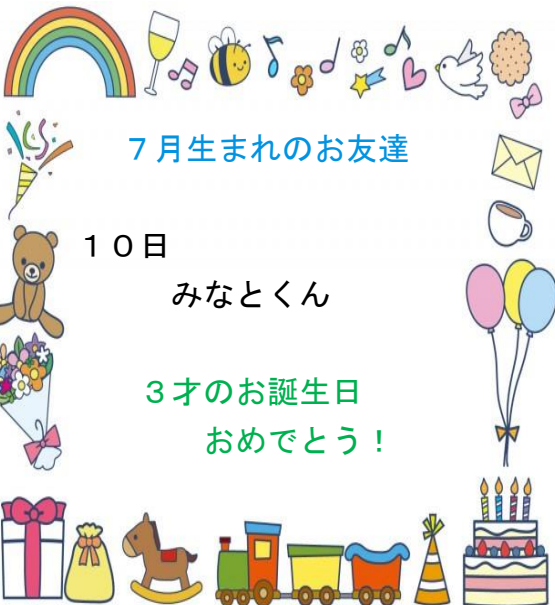
新しいお友達が増えました！



はやとくんです。 よろしくお願ひします。

プールあそびが始まります！

※毎朝、体温と○×の記入をお願いします。持ち物には全て記名をお願いします。
※ケガの原因にもなります。爪が伸びていないか確認をお願いします。



7月生まれのお友達

10日

みなとくん

3才のお誕生日

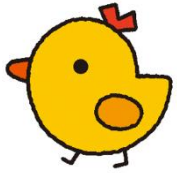
おめでとう！

お箸トレーニングについて

お箸のトレーニングは、お子さんの指使いの成長度合いに応じて開始するのがいいでしょう。目安は、クレヨンやスプーンを鉛筆握りできるようになった頃。クレヨンもスプーンも逆手でも持てるようになったら、今度は鉛筆を持つように親指、人差し指、中指の3本を中心に握るよう導いてみましょう。鉛筆握りができるようになった頃が、トレーニングの開始に最適な時期といわれているそうです。また、箸に興味を示すことも開始の目安になるようです。

お家で練習されて、使えるようになったら、園でも使用していきたいと思ひますのでお知らせ下さい。
※箸はプラスチック製より竹の方が使いやすいようです。





ひよこぐみだより



担当 松島賀子

7月は、雨雲からお日様に季節の主役が交代していきます。この時期は体調を崩しやすいので、子どもたちの体調管理に十分配慮しながら楽しく過ごしていきたいと思います。



外遊びの様子（好きな遊びを見つけて楽しんでいます）



新しいおともだちの紹介

お知らせとおねがい

*ひよこぐみのプール開きは、天候や子どもたちの体調を見ながら計画したいと思います。

*プールカードに、体温や○×の記入をお願いします。記入漏れやプール遊びの忘れ物があった場合は、出来ません。

また、体調など不安がある場合は、お知らせ下さい。

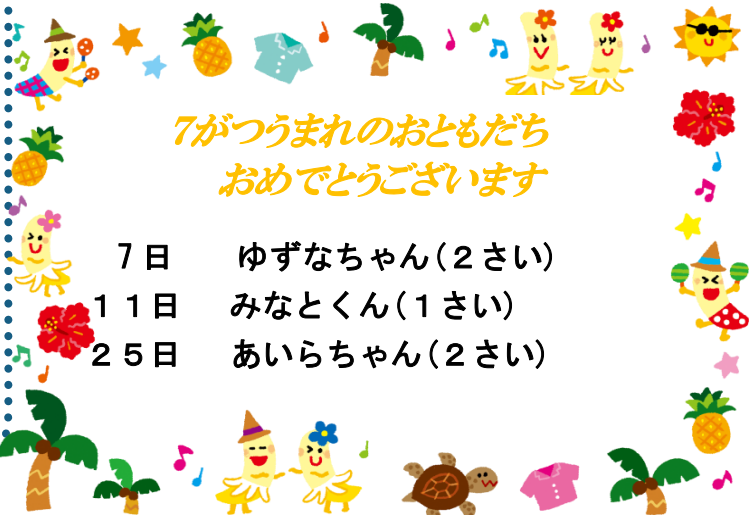
*爪のチェックもよろしくをお願いします。伸びている時は、ケガも心配されますので切ってください。



かいせいくん



かりんちゃん



7がつうまれのおともだち おめでとうございます

7日 ゆずなちゃん(2さい)

11日 みなとくん(1さい)

25日 あいらちゃん(2さい)



出水中央児童クラブ



担当 山並 博樹

暑さも日々増していき、本格的な夏の季節もすぐそこまで来ているようです。あと1ヶ月程で、子ども達の楽しみにしている夏休みが来ます。児童クラブでは、色々なイベントを予定していますので、楽しみにしててくださいね。

早寝、早起き、朝ご飯をしっかりして、元気よく夏を乗り切りましょう！保護者の方には、ご協力をもらうことが出てくるとは思います。ご理解、ご協力の程、よろしくお祈りします。また、質問等ありましたら、気軽にお尋ねください。

夏休みのタイムスケジュール

9:00	宿題 ・ 勉強
10:00	自由遊び
	散歩 ・ プール
12:00	昼食
13:00	休憩
	自由遊び
15:00	おやつ
	掃除
16:00	帰りの会
	自由遊び



※ 9:00 までに登園してください。
※ 欠席される方は、9:00 までにご連絡してください。

夏休みの予定しているイベント

7/24 (月)	市民プール
7/28 (金)	そうめん流し
※	川遊び (水俣)
8/10 (水)	市民プール
8/23 (水)	夏祭り
8/25 (金)	水鉄砲大会
8/31 (水)	クッキング



※ 予定は変更する場合があります。
お手紙や、掲示板でお知らせするので、確認をお願いします。

夏休みに毎日持ってくる物



- ・ お弁当 (給食を利用しない方) ・ 水筒 (ひも付き) ・ 箸
- ・ 歯ブラシ
- ・ コップ ・ 汗拭きタオル ・ 着替え ・ プール道具 ・ 帽子
- ・ ハンカチ ・ ティッシュ ・ 宿題





6月はうどん作りやクレ
インパークに行きました。
天候にも恵まれて、思いっ
きり遊んできました。7月
にも、イベントを考えてい
ますので、お楽しみに。





今月の行事予定 ~7月~



日	月	火	水	木	金	土
						1 ♪童謡の日♪
2	3 プール開き	4	5	6	7 たなばた	8
9	10	11 防犯訓練 2歳児歯科 相談	12 3歳児健診	13	14 発育測定	15
16	17 海の日	18 2歳6か月歯科 相談	19 誕生会 3歳児健診	20 避難訓練 学童:終業式	21	22
23/30	24/31 学童:市民プール /学童:海あそび	25	26 1歳6か月健診 学童:川あそび	27	28 5歳児歯科相談	29

母子健診のお知らせ・・・出水保健センター：1歳6か月健診 7/26(水)、2歳児歯科相談 7/11(火)、
2歳6か月歯科相談 7/18(火) 3歳児健診 7/12(水)、5歳児歯科相談 7/28(金)
・高尾野健康管理センター：3歳児健診 7/19(水)

7月1日は「♪童謡の日♪」です。 1984年（昭和59年）に日本童謡協会が制定。

1918年（大正7年）のこの日、多くの名作童話・童謡を生み出した日本初の児童文芸誌『赤い鳥』が創刊されました。童謡を日本の文化遺産として保存し、アピールすることが目的です。

子ども達が好きな夏の歌に「みずあそび」があります。お子さんと一緒に是非歌ってみてください。



♪「水をたくさんくんできて みずでっぼうであそびましょう 1・2・3・4しゅっしゅっしゅー」♪

プール開き

7月3日（月）からプールあそびが始まります！！

天候や気温に応じてですが、水着・タオルの準備をお願いします。

詳細は別紙にてお知らせしていますが、プールカードの記入と、水いぼやとびひのあるお子さんは早めの治療をお願いします。



登降園時のお願い ※登園は、9時までお願い致します。

朝、7時00分から8時00分頃までは、全クラスひよこ組のお部屋でお預かり致します。

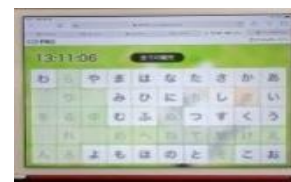
8時00分からは(りす組は8時20分頃)各クラスにてお預かりしますのでクラスまでお連れ下さい。☔雨の日は、正面玄関から登降園できますので、各クラスまでお願いします。

りす組さんは、事務所にお声掛け下さい。お連れします。

※登降園時のタブレット (i pad) でのチェックをお願いしています。

登園・降園をタッチして時間が記録されますので、登園・降園の確認、事故防止のためにもお願いします。

ご不明な点は、職員までお知らせ下さい。よろしくお願い致します。





担当:上井



梅雨が明けると夏も本番となります。この時期は、急に暑くなるために食欲が低下して水分ばかりをとりがちです。暑さ対策をしっかり行い、暑い夏を乗り切りましょう。冷たいタオルで顔や手足を拭くだけでも、サッパリして気持ち良く過ごせます。



子どもたちが収穫したトマト・きゅうり・じゃがいもは誕生会のサラダになりました☆



カボチャ



トウモロコシ



トマト



ナス



きゅうり

バランスのよい食事をとろう

暑さが厳しくなってくると、体がだるくなったり食欲がなくなったりする「夏バテ」が起こりやすくなります。夏バテしないためにも、主食・主菜・副菜・汁ものの4つのおさらが並ぶ、バランスのよい食事を心がけましょう。



よく噛んで食べましょう

食事をよく噛んで食べると、だ液が出て、食べものの消化・吸収がよくなります。また、だ液には、むし歯を予防する効果もあります。よく噛んで食べることは、あごの発達を促し、食べすぎを防ぐことにもつながります。よく噛む習慣を身につけたいですね。



子どもたちが大好きなウィンナーについて

ウィンナーにはリン酸塩という添加物が使用されており、リン酸塩には食品の保水性、結着性、肉類の発色を安定に保つ効果があります。リンを多くとり過ぎるとカルシウムの吸収を妨げ、反対にカルシウムをとり過ぎるとリンの吸収を低下させます。そのためカルシウムとリンは同じくらいの量になるようにとることがのぞまれます。とり過ぎるとカルシウムの吸収を阻害し、そのためカルシウムの吸収量が下がると骨がもろくなります。

リン酸塩を避けるために加工食品を調理する時は下茹でをしたりするとよいでしょう。

嗜好調査のアンケートのご協力ありがとうございました☆