



令和8年度 7/31 配信
社会福祉法人 中野社会福祉協会
わかみや保育園
TEL 086-480-1221
FAX 086-480-1222
E-mail wakamiya@nsfk.okayama.jp

厳しい暑さが続き、本格的な夏を迎えました。今年は例年以上に気温の高い日が続いていますが、子どもたちは水遊びやプール、色水遊びなど、夏ならではの遊びを楽しみながら元気に過ごしています。これからも暑さ指数(WBGT)や子どもたちの体調を確認しながら、こまめな水分補給や休息を取り入れ、安全に夏ならではの経験を楽しんでいきたいと思ひます。

8月の予定

日	曜	行事予定
1	土	
2	日	
3	月	幼児測定
4	火	
5	水	硬筆教室(かぜ組・そら組)
6	木	体操教室(かぜ組・そら組)
7	金	布団持ち帰り
8	土	
9	日	
10	月	
11	火	山の日
12	水	
13	木	
14	金	布団持ち帰り
15	土	
16	日	
17	月	乳児測定
18	火	避難訓練
19	水	
20	木	体操教室(かぜ組・そら組)
21	金	プール最終日/布団持ち帰り
22	土	
23	日	
24	月	親子であそぼう参観日リハーサル(つき/ゆき)
25	火	
26	水	
27	木	硬筆教室(かぜ組・そら組)
28	金	布団持ち帰り
29	土	
30	日	
31	月	水遊び終了

8月の生活と遊び

- * いろいろな水遊びを通して開放的な気分を味わいながら、涼感のある遊びを十分に楽しむ。
- * 身近にいる虫や、夏野菜の生長・収穫など自然現象の発見を楽しむ。
- * 規則正しい生活を大切にしながら体調面に注意し、夏の感染症や熱中症に気をつけて元気に過ごす。

8月の予定

- ☆ 硬筆教室日程変更: 8/13(木)→8/5(水)
※お盆期間と重なったため変更しています。
- ☆ 8月31日(月)水遊び終了



9月の予定

- ☆ 9月12日(土)親子参観はっぴょう会(乳児クラス)
 - ・ほし組、つき組、ゆき組
 - ・詳細は後日お知らせします。
- ☆ 9月29日(火)あきまつり
 - ・盆踊りや、屋台屋さんごっこなど、お祭りの雰囲気を楽しみたいと思ひます。(園児のみ参加)
- ☆ 健脚運動: 9月～再開予定ですが、気温が高い為様子を見ながら検討し、再開の際に改めてお知らせいたします。

内科検診



9月15日(火) 13:00～ ほし組・つき組・ゆき組
9月25日(金) 13:00～ にじ組・かぜ組・そら組
どちらもお休みの場合は、後日直接の受診をお願いいたします。

早島中学校生の

夏のボランティア活動・職場体験を受け入れています。

- 夏のボランティア活動 … 8/7(金)～8/21(金)
 - 職場体験 … 9/2(水)～9/4(金)の3日間
- ほし組(0歳児)以外のクラスに入っただき、子どもたちと遊んだり、園生活を体験してもらったりします。宜しくお願ひ致します。

※8月のクラスだよりはお休みになります。



保育園の夏を過ごす服装ポイント!



暑い時期は戸外遊びだけでなく室内遊びでも活動によって汗をかくことがあります。園では水分補給や休息を十分に確保するだけでなく、保育室の温度調節もしながら過ごしていますよ。各年齢に応じて園からのお願ひも踏まえ、「動きやすさ」や「着替えやすさ」、「安全面」に配慮した洋服の準備を日頃からご協力くださっていると思ひますが、参考にしてみてくださいね。

☆半袖が最適☆

タンクトップは露出面が多いため、体の冷えや体調不良の原因にも繋がります。園ではエアコンで室温の管理をしたり、汗をかいたときはこまめに着替えたりもしています。紫外線予防の観点からも半袖が好ましいです。
園で過ごす際には半袖の着用をお願いします。

☆肌着を着ると…☆

汗を吸い取ってくれたり、気候によって衣服の調節がしやすくなったりします。また、丈が長いとお腹の冷え防止にもなりますよ。この時期着なくてもいいかなと思われがちですが、夏には欠かせないアイテムですね。

暑い夏を元気に乗り切ろう!

暑くても汗をかきにくい子どもが増えています!!



近年、コロナ禍の影響で外遊びの機会が減り、涼しい室内で過ごす時間が増えたことで、汗をかきにくい体質(=体温調節がうまくできない体質)の子どもが増えています。汗をかくことで体温を調節していますが、その機能がうまく働かないと、暑さに対応できず体調を崩したり、平熱が38℃を超えたりすることもあります。

健康な体温調節機能を育むためにも、日常の中で「汗をかく習慣」を意識して取り入れていきましょう!
例えば、**1日1回、外でしっかり汗をかけるような遊びや運動の時間**を設けるのがおすすめです!

- ① 水分補給 … 汗をたくさんかくと脱水や熱中症のリスクが高まります。こまめに水分をとる習慣を大切にしましょう。
- ② 紫外線対策…日差しの強い季節です。外出時は帽子をかぶる、木陰を選ぶなどして紫外線対策を心がけましょう。
- ③ 皮膚のケア…汗をかいた後は、タオルでやさしく拭く、シャワーで清潔を保つなどして、皮膚トラブルを防ぎましょう。
- ④ 冷房の使用…暑い室内でも熱中症は起こります。室温は27～28℃を目安に、冷やしすぎに注意しながら上手に冷房を活用しましょう。



8月はお盆休みもありますね。正しい生活習慣を送る事も健康に過ごすためには大切なこと!

☆早寝早起き ☆1日1回は戸外で遊ぶ
☆冷たいものを食べすぎず、ご飯をしっかり食べる
なども心掛けながら元気いっぱい過ごそうね♪