

# さくらんぼだより 7月号

令和6年7月1日  
【子育て通信】第310号

## 行事予定



利用時間 9:00~14:00

梅雨はまだ続いていますが、だんだんと暑い日が増えていき、夏の訪れを感じる季節となりました。本格的な夏ももうすぐですね。体が暑さに慣れていないこの時期は、大人も子どもも体調を崩しやすくなります。こまめに水分補給をしたり、気温や湿度に気をつけながら、元気に夏を親子で過ごしましょうね。



時計作り



歯のお話



園庭開放



壁面サークル



日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6
	自由あそび	自由あそび	園庭開放	サークル開放	七夕会 9:30	
7	8	9	10	11	12	13
	自由あそび	おもちゃ作り 11:00	園庭開放	サークル開放	外あそび (中庭)	
14	15	16	17	18	19	20
	海の日	自由あそび	園庭開放 (水あそび)	壁面サークル	ヨチヨチタイム	
21	22	23	24	25	26	27
	自由あそび	自由あそび	園庭開放 (水あそび)	サークル開放	ヨチヨチタイム	
28	29	30	31	8/1	2	3
	健康講座 11:00	お誕生会 11:00	園庭開放 (水あそび)	サークル開放	自由あそび	



### 保健コーナー

#### 熱中症予防について

##### 暑さを避ける!

- 扇風機やエアコンで温度をこまめに調節
- 日光カーテン、すだれ、打ち水を利用
- 外出時には日傘や帽子を着用
- 天気の良い日は日陰の利用、こまめな休憩
- 吸湿性・速乾性のある通気性のよい衣服を着用
- 保冷剤、氷、冷たいタオルなどで、からだを冷やす

⚠️「熱中症警戒アラート」発表時には、外出をなるべく控え、暑さを避けましょう

##### こまめに水分を補給する!

- 室内でも、外出時でも、のどの渇きを感じていなくてもこまめに水分・塩分などを補給

子どもは体温の調節能力が十分に発達していないので、気を配る必要があります。

厚生労働省熱中症予防のための情報・資料サイトより

#### 自由あそび



#### 土用の丑の日になぜうなぎ?

夏の土用の頃は暑さが厳しく、夏バテしやすい時期です。昔からこの時期には「精のつく物」を食べる習慣があり「土用しじみ」「土用餅」「土用卵」などと呼ばれる物を食べる習慣がありました。「うなぎ」もその一つですが、江戸時代に平賀源内が夏場に売れないうなぎ屋さんに相談され「本日、土用の丑の日」と貼り紙をしたところ大繁盛したことがうなぎを食べる習慣になるきっかけといわれています。

#### お知らせとお願い

- \*5日(金)の七夕会は、南部こども園の園児と一緒に参加します。みんなのお願い事が、お空に届きますように。七夕会終了後は、自由あそびとなります。
- \*17日(水)から、水あそびが始まります。ショウロや水鉄砲であそびます。タオル・スリッパ・帽子・着替えの準備をお願いします。ママ達も、ぬれても良い服装で参加してください。日傘は動きにくいので、帽子をかぶるようにしましょう。
- 水曜日の水あそびの時間は10:00~11:00とします。雨天の場合 ホールを使用できませんので、お休みとなります。
- \*18日(木)は、7月の壁面作りをします。親子で簡単な製作をします。センターのお部屋の環境を一緒に作りましょうね。
- \*29日(月)は健康講座です。保健師さんによるお話し・相談会となっています。気軽にご相談ください。
- \*木曜日はサークル開放となっています。子育て仲間・仲良しグループ等利用してくださいね。サークル開放に予約がない場合は自由あそびとなります。