

# 8月

# げんきだより

令和4年8月1日 鹿追町子育て支援センター 文責 加藤 弥生

高く  
ジャンプ!  
将来は体操選手



7月は、なかなか青空が広がらずに肌寒い日が多かったですが、園庭で遊具や砂遊び、トマトやキュウリの収穫もできました。広場では、遊びの中で子ども同士の関りを様々な場面で見ることが出来ました。0, 1, 2歳児の成長発達には月齢や経験等により特に個人差がある時期です。同じ年齢のお友達が遊んでいる様子を見て刺激を受け、自分もやってみようとして様々な事にチャレンジする2歳児さん。お友達の持っているおもちゃに興味が出てうっかり取ってしまい「ちょうだい」「どーもありがとう」という言葉のやり取りを覚えていく1歳児さん。周りのお友達の様子をジーンと目で追う0歳児さん。子育て支援センターでの遊びを通し、お母さん方の温かい見守りの中で、お友達の存在に気づき、遊びを通して沢山の事を学び成長する姿はとても微笑ましいです。



未満児さんと水遊び!



消火完了!



出動!



消防士に  
変身!



通明保育所

短冊に願いを込めて

## 今月の予定

日	月	火	水	木	金	土
	1 げんきだより発行	2	3	4	5 赤ちゃんの日 10:00~11:30 ※午前中は広場の 利用ができません	6
7	8	9	10	11 山の日	12	13
14	15	16 トランポリンの日 11:00・13:30	17	18	19	20
21	22	23 サホロ川公園遊び (締め切り12日) ※午前中は広場の 利用ができません	24 8月生まれの誕生会 10:15~11:00	25	26	27
28	29	30	31 はじめましての日 ※午後からは広場 の利用ができません			

★サホロ川公園遊び 集合場所：子育て支援センター玄関前 集合 9:50 解散 12:00  
持ち物：飲み物、敷物、おしぼり、ゴミ袋、おやつ、帽子、着替え、タオル  
参加申し込みは、8月12日(金)子育て支援センターです。

~午後からの広場利用について (月ごとに利用日が変わりますので、ご確認ください)

新型コロナウイルスの感染防止として、密を避けるために午後からの利用についてご協力をお願いします。

月曜日…5歳児・2歳児 火曜日…0・1歳児・3歳児 水曜日…2歳児・4歳児

木曜日…3歳児・5歳児 金曜日…4歳児・0・1歳児

※兄弟については、一緒にあそんで構いません。※育児相談は午後からも随時受け付けております。



## ～夏の過ごし方～

気温の高い日が続き、赤ちゃんや小さいお子さんがいるご家庭では、暑さ対策に悩まれているかもしれません。夏ならではのトラブル対策、過ごし方の参考にしてください。



### 《 食べ物 》

スーパーに行くと、通年を通して様々な野菜が手に入りますが、夏には夏の旬野菜があります。夏の旬野菜は、体を冷やす、熱中症の予防、紫外線から肌を守る、胃腸を整える等の効果が期待できます。夏野菜の代表的なものは、『トマト、きゅうり、なす、スイカ、レタス、オクラ、ピーマン他』食事にうまく取り入れながら暑い夏を乗り切りましょう！また、水分補給には、麦茶が最適です。麦も実は夏が旬で、体を冷やしてくれる効果があります。

### 《 あせも 》

汗をかき夏に増える『あせも』予防は、汗をかいたままにしない事が大切！汗が多い時はシャワーでさっと流すのもお勧めです。毎日、石鹸を使い体の清潔を保ちましょう。保湿も欠かせません。汗をかき事で、体温調節機能が育っていきます。暑さに負けない体を育てていく為にもしっかりと汗をかいて、清潔を保ちましょう。

※夏と言えばアイスやかき氷が食べたくなりますよね。糖分は体を冷やす効果がありますが、そこに氷がプラスされる事で、必要以上に体の内部が冷えてしまいます。冷たい物を取り過ぎると、胃腸の働きが悪くなり、食欲不振により夏バテを引き起こしやすくなる事から、注意が必要です。

※寝ている赤ちゃんの背中や、熱がこもりやすく汗もかきやすいです。着替えが大変な場合は、肌着の中に薄いガーゼなどを入れておき、汗で濡れたらガーゼを引き抜いてあげると、簡単に汗の始末ができますよ。また、夏の授乳時も汗だくになりやすいです。お母さんの腕に薄手のタオルをひいてから抱っこすると、汗を吸ってくれるので便利です。

### 7月の子どもたちの様子



かーして！  
.....



水になんかまけないぞ



双子??



赤ちゃんの日

★新型コロナウイルス感染防止の為、行事については申し込みが必要です。子育て支援センターまでご連絡下さい。

★園庭や畑に行く際は、子育て支援センター職員に声を掛けて下さい。



### 鹿追町子育て支援センター

〒081-0216 鹿追町鹿追北2線8番地  
TEL 0156 (66) 1165  
FAX 0156 (66) 2167