



なかよしメール 6月

洞爺湖町子育て支援センター ☎・fax 76-2008

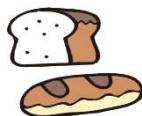
メールアドレス Kosodate.center@town.toyako.hokkaido.jp

R3年 5月21日

心地よい日差しと、さわやかな風を感じられる季節になってきました。新型コロナウイルス感染症拡大防止の緊急事態宣言がでて外出自粛が続いています。みなさんは、どのようにお過ごしでしょうか？天気の良い日には、少し戸外に出て、日の光をあびたり、風を感じると少しはリフレッシュできると思います。そんな、気持ちの良い風を感じて子ども達と一緒にたくさん遊びたいなと思っています。開設・開放を行っているのでいつでも参加してみてください。



～朝ごはんは元気の源～



1 日の始まりは、朝食からです。朝食を食べることで脳を活性化し、身体を動かすエネルギーへと変わります。朝食を抜いてしまうと「ぼーっ」としたり機嫌が悪くなったり、思い切り身体を動かすことが出来ません。ですから、元気の源となる朝食をしっかりとする事が大切です。

朝は忙しくて、大変な方もいるかと思いますが。全て手作りでなくても大丈夫です。また食事は、家族とのコミュニケーションの場でもあります。家族そろって「おいしいね」「いっぱい食べようね」と言葉を掛けながら楽しく食事出来るように工夫してみてください。



「桜ヶ丘保育所開放」

一人の子が声を出すと次々と周りの子も声を出し、子ども同士で会話を楽しんでいました。

園庭では、風が少し冷たかったのですがぶらんこに乗ったり、砂場で遊んだりと風に負けないくらいに元気に遊んでいました。



子どもに「本当のあそび」を

子ども達にとっての「本当のあそび」はテレビやビデオを見ることではなく、

- ① 戸外であそぶ
- ② 友だちとあそぶ
- ③ からだを使ってあそぶ
- ④ 自由にあそぶ（ひとりあそび）



この4つの条件がそろった「本当のあそび」をしっかりとすると・・・

- ☆体力がつく
 - ☆友だちとのつきあいの中から社会性、協調性などがつく
 - ☆仲間同士のあそびの工夫や競争から好奇心や達成感が自然と生まれる
 - ☆ケンカなどから他人の痛みを知り、思いやりの心が身につく
- 子どもの仕事は「あそぶ」こと！

「本当のあそび」を体験することで**子どもはたくましく心豊かに成長するのです。**

(あそびと環境10・1・2歳 引用)

*新型コロナウイルス感染症防止の為、三密（密集、密閉、密接）を避け、楽しく遊びましょう。

「6月の予定カレンダー」

日	月	火	水	木	金	土
		1 開設	2 入江保育所開放	3 開設	4 開設	5
6	7 開設	8 開設	9 桜ヶ丘保育所開放	10 開設	11 開設	12
13	14 開設	15 開設	16 洞爺保育所開放 (計測)	17 開設	18 親子ふれあい遊び	19
20 父の日	21 開設	22 開設	23 本町保育所開放 (≡二講習・誕生会)	24 開設	25 開設	26
27	28 開設	29 開設	30 入江保育所開放			

【親子ふれあい遊び】

～アイスクリーム作り体験～

レイクヒルファームでアイスクリーム作りを行います。ボールを冷やしながらアイスクリームの材料を入れて泡立て器でシャカシャカとかき混ぜて作ります。手作りのアイスクリームの美味しさを味わってみましょう。

日時：6月18日(金)(雨天決行)
10:00～11:30

場所：レイクヒルファーム
洞爺湖町花和127
(現地集合、解散)

持ち物：着替え、帽子、タオル(手拭き)
水分補給(水かお茶)
ベビーカー(必要な方のみ)

*アイスクリームが食べられないお子さんは、自宅からおやつを持参して下さい。(自分のお子さんの食べられる量をお願いします。)

*汚れても良い服装をお願いします。

締切日：6月15日(火)まで

*電話での申込みも大丈夫です。



〔夏に流行する病気〕

本格的な夏の季節の前に流行する病気を知っておきましょう。

「手足口病」

口内に白いポツポツが生じます。その後手のひらや手の甲、足裏、足の甲、指、膝、臀部などに2～3ミリ程度の赤みのある水疱性発疹が出ます。

<対応>

手、足、口すべてに症状がでるとは限らないが、疑わしい場合は受診しましょう。

「ヘルパンギーナ」

突然の高熱(40℃近い)で発症する。口腔内に水疱ができ、2～3日たつとそれが破れて痛みがでます。口の痛みがなくなるまでに、1週間ほどかかります。

<対応>

食事が取れなかったり、熱が続くようなら受診しましょう。

「熱中症について」

乳幼児の熱中症は、短時間で容態が急変することがあります。それは、まだ体温調節が出来ないからです。

保護者が適切な予防策を知り、配慮していけば、必ず防げるものなので日常での配慮点と症状を知っておきましょう。

*外にでる時は、必ず帽子をかぶる。

帽子を嫌がる子もありますが、その都度「頭がいたくならないようにかぶろうね！」など言葉かけをすると子どもは、かぶるものとして認識してくれるようになります。

*水分補給をこまめにとる。

*散歩や外遊びは、涼しい時間帯を選び、日陰がある場所で遊ぶ。など予防策があります。

<主な症状>

- 高温多湿の環境にいて、顔が真っ赤になっている。
 - 唇が乾いている。指で口の中を軽く触ると乾いている。
 - 普段より、大量の汗をかいている。
 - 水が飲めない、飲みたがらない。
 - 下痢やおう吐をしている。
 - 呼びかけても反応が鈍い。
 - まったく反応がない。意識がない、ぐったりしている。
- 以上の症状があったら熱中症の疑いがあります。
呼びかけても反応しない、ぐったりしている、水を飲めない状態なら救急車を呼びましょう。

