




令和6年8月1日  
社会福祉法人ハイジ福祉会  
幼保連携型認定こども園  
あおいこども園  
☎ 870-1240  
<http://www.haiji.or.jp/aoi/in>

真夏の暑さに負けることなく、元気いっぱい遊んでいる子ども達です。楽しく遊んだ後は、休息と水分補給を忘れずに。活動と休息のメリハリをつけ、生活リズムを整えていくことが大切です。家庭でも1日の疲れを次の日に残さないよう、十分気をつけていきたいですね。健康的に楽しく夏を過ごしましょう。

## 8月の行事予定

- 3日(土) 夢組保護者懇談会(親子ふれ合い遊び)
- 12日(月) 振替休日(山の日)
- 16日(金) 旧盆(ウンケー)
- 24日(土) 風組保護者懇談会 
- 29日(木) 1号認定2学期始業  
弁当会 ※虹、夢組は給食です。
- 30日(金) 避難訓練(9:30~)  
誕生会

## 9月の行事予定

- 12日(木) 祖父母お招き会  
①輝組(あおいこども園)
- 13日(金) 祖父母お招き会  
②太陽組、宙組(屋富祖公民館)
- 16日(月) 敬老の日(休園)
- 18日(水) 誕生会 
- 19日(木) 避難訓練
- 23日(月) 秋分の日(休園)
- 27日(金) 発表会準備  
弁当会 ※虹、夢組給食です。
- 28日(土) 発表会(てだこ大ホール)
- 30日(月) 1号認定振替休日

## 保育目標

- ゆったりとした生活リズムで無理なく過ごす ○
- 友だちとの関りを深め、遊びを広げる ○
- バランスよく何でも食べる ○



## 子育てメッセージ

小さな失敗は 気にしないで  
小さな成功は  
いっぱいほめてあげたい

少しずつ生意気なことを言うようになってきて、ときには対等に言い合ってしまうことも…。  
なんだか、できないことばかりに目がいて、つい怒ってしまう。

本当はちょっとぐらい失敗してもいいのにね。  
いっぱい失敗を繰り返して、大きく成長してね。

## 子育て支援事業

- 交流保育、給食体験、育児相談、園庭開放など  
お気軽にお問い合わせください。

月曜日～金曜日 10:00～11:30  
14:00～16:00

担当：主幹保育教諭(根路銘)

参考文書：「健」8月号


日本学校保健研修社




令和6年8月1日  
社会福祉法人ハイジ福祉会  
幼保連携型認定こども園  
あおいこども園  
☎ 870-1240  
<http://www.haiji.or.jp/aoi/in>

真夏の暑さに負けることなく、元気いっぱい遊んでいる子ども達です。楽しく遊んだ後は、休息と水分補給を忘れずに。活動と休息のメリハリをつけ、生活リズムを整えていくことが大切です。家庭でも1日の疲れを次の日に残さないよう、十分気をつけていきたいですね。健康的に楽しく夏を過ごしましょう。

## 8月の行事予定

- 3日(土) 夢組保護者懇談会(親子ふれ合い遊び)
- 12日(月) 振替休日(山の日)
- 16日(金) 旧盆(ウンケー)
- 24日(土) 風組保護者懇談会 
- 29日(木) 1号認定2学期始業  
弁当会 ※虹、夢組は給食です。
- 30日(金) 避難訓練(9:30~)  
誕生会

## 9月の行事予定

- 12日(木) 祖父母お招き会  
①輝組(あおいこども園)
  - 13日(金) 祖父母お招き会  
②太陽組、宙組(屋富祖公民館)
  - 16日(月) 敬老の日(休園)
  - 18日(水) 誕生会
  - 19日(木) 避難訓練
  - 23日(月) 秋分の日(休園)
  - 27日(金) 発表会準備  
弁当会 ※虹、夢組給食です。
  - 28日(土) 発表会(てだこ大ホール)
  - 30日(月) 1号認定振替休日
- 

## 保育目標

- ゆったりとした生活リズムで無理なく過ごす ○
- 友だちとの関りを深め、遊びを広げる ○
- バランスよく何でも食べる ○



## 子育てメッセージ

小さな失敗は 気にしないで  
小さな成功は  
いっぱいほめてあげたい

少しずつ生意気なことを言うようになってきて、ときには対等に言い合ってしまうことも…。  
なんだか、できないことばかりに目がいて、つい怒ってしまう。

本当はちょっとぐらい失敗してもいいのにね。  
いっぱい失敗を繰り返して、大きく成長してね。

## 子育て支援事業

- ・交流保育、給食体験、育児相談、園庭開放など  
お気軽にお問い合わせください。

月曜日～金曜日 10:00～11:30  
14:00～16:00

担当：主幹保育教諭(根路銘)

参考文書：「健」8月号

日本学校保健研修社





※今月の目標※

○ゆったりとした生活リズムで無理なく過ごす

暑い日が続くようになりました。ご家庭と連携を取りながら、生活リズムや体調の変化に気をつけ、水分補給と休息をしっかりと取りながら暑さに負けず元気に楽しく過ごしていきます。

○手や指先の機能を高める遊びを楽しむ。

ぽとん落としや感触遊び（米粉粘土、様々な紙の素材）などを通して、握る、摘まむ、落とすなど指先を使う遊びを存分に楽しめるようにします。

○食事をすることが分かり、自分で手掴みやスプーンで食べようとする

食事にも少しずつ慣れてきた様子で、食べる量も増えてきました。“これ食べたい”とアピールしたり、手づかみやスプーンで食べようと意欲的な姿が見られます。また、スプーンですくおうとする子には保育教諭が手を添えながら、自分で食べることの楽しさを知らせます。



★クラスの様子★



ボール転がし、シューティングゲーム、の当て、迷路などを楽しみました(\*^^\*)



晴れた日には園庭遊びも取り入れていきたいと思っておりますので、靴を持たせてください(\*^^\*)







## 今月の目標

○水遊びを保育教諭等や友だちと一緒に楽しみ心地よさや開放感を味わう

水の心地よさや感触を楽しみながら、この時期ならではの遊びを楽しみます。また、手や足、目や耳など身体全体で水と触れ合い、冷たさや気持ちよさ、水の音の心地よさを感じ、感性や感覚を高めることへとつなげます。準備物や健康チェックについては後日お知らせします。

○保育教諭と一緒に手洗いや顔拭きができる

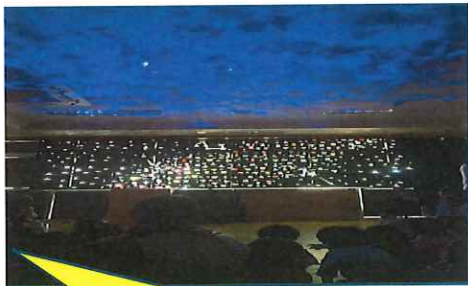
言葉も理解し行動する姿も見られるようになりました。手の洗い方や顔の拭き方など、やり方を丁寧に知らせ、出来た時には大いに褒め、自分でできた達成感が味わえるようにします。

○好き嫌いなく何でも食べ、自ら意欲的に食事ができる

保育教諭がスプーンの使い方を知らせることで、スプーンを使って食事ができるようになりました。好き嫌いなく何でも食べられるように、「これはニンジンだよ～」などと、食材の名前を知らせたり、絵本やままごと遊びの中で、食に興味をもてるように工夫し、自ら意欲的に食事ができるようにしていきます。



## たなばた会



プラネタリウムを楽しみました



楽器遊びでは、友だちや保育教諭と一緒に音楽のリズムを楽しみました♪



折り紙

一回折りをすることで形の変化を楽しみ、「すいか」を折りました



おまつりごっこでは、迷路・ボールころがし・的当てをしました♪



おまつりごっこ

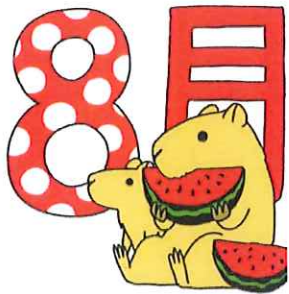


- ★今月の歌
- ・おぼけなんてないさ
- ・アイアイ

- ★今月の体操
- ・パイナポー体操







風組

クラスだよ!



## 今月の目標

○夏の季節を感じながら、保育教諭や友だちとの関わりを楽しむ

グループで遊ぶことも増えてきた子ども達。水遊びや園外活動で虫探しをしたりと、夏ならではの遊びを通して、保育教諭や友だちと一緒に楽しめるようにします。

○手洗いの仕方が身に付く

食事の前後や園外から帰ってくると、進んで手洗いをする姿が見られるようになってきました。その中でも、せっけんをつけずに終わったり、十分に洗い流していなかったりすることがあります。きれいになる心地よさに気づけるよう、手洗いの順番を再度確認し、きれいにできるようにします。

○バランスよく食べる大切さを知る

・「これなあに？」と給食の食材に興味をもつ姿が見られます。好きな物から食べたり、苦手なものは最後になってしまうことがあります。食事に関する紙芝居や、歌を通して、バランスよく食べることを知らせていきます。



たくさんのゲームに夢中の子ども達でした♪甚平、浴衣の準備ありがとうございました(´▽`)

## ★お祭りごっこ★



## ★かき氷製作★



はじき絵でかき氷を作りました。絵の具がはじくところを不思議そうに見たり、「イチゴ味！」と好きな色を選んで楽しんでいました♪




**今月の歌**

- ・おぼけなんてないさ
- ・水遊び

**今月の体操**

- ・ロケットペンギン

**リズム遊び**

- ・おもちゃのチャチャチャ
- ・とけいのうた








# 8月 輝組 クラスだよ!

## 今月の目標



○遊びを共有し、思いを伝え合いながら遊びを広げていく

好きな遊びを見つけ楽しく遊び、「仲間に入れて」「いいよ～」と数名で会話を楽しみながらブロックで一つの物を作ったり、「アイスクリーム屋さんで～す」とごっこ遊びを楽しむ姿が見られます。保育教諭を通して遊びや会話を広げ、お友だちと遊ぶ中で会話することの楽しさを味わえるようにします。

○生活の中で必要な決まりがあることを知り、保育教諭に促されて準備を待ったり、言葉で伝えたりする

遊び始める前に約束事やルールなどを伝えるようにしています。しかし、使いたい玩具が同じだった時などのトラブルから、「〇〇も使いたかった」など保育教諭に伝える姿も見られるので、保育教諭が仲立ちに入り、時計を使って「時計の数字が〇になったら交換ね」など順番を守って楽しく遊べる工夫をしています。

○暑さに負けないよう、しっかり食べる

食事前には、野菜を食べたら風邪ひかない体になるよ、お肉を食べたら元気がでてくるよ、などの話をしています。暑い日が続く中、暑くても元気で過ごすためにはしっかり食べることの大切さについて知らせていきます。



## クラスの様子

水遊びをたくさん楽しみました～！  
水遊びの準備もありがとうございました♪



おまつりごっこでは、様々なゲームや、ヨーヨーつり、かき氷も食べました(\*^^\*)



○今月の歌  
アイスクリームのうた  
オバケなんてないさ

○今月の体操  
フルーツポンチ!

○今月のカリキュラ  
☆運動遊び

毎週木曜日



## 今月の目標

- 運動遊びや表現遊びを通して、保育教諭や友だちと伸び伸びと体を動かすことを楽しむ  
 大好きな運動遊びでマットや跳び箱を使って体を動かしています。苦手なことでも進んで取り組む姿が見られるようになりました。発表会に向けての取り組みを通して太鼓やオペレッタなどで友だちと一緒に動きを合わせて表現することの楽しさを味わえるようにします。
- 友だちとの関わりを大切に、豊かな生活を送る  
 気の合う友だちと遊んだり、会話を楽しむ姿が見られます。友だちという存在の心地よさに気づき、相手の思いに気づいたり、自分の思いを言葉にして伝えたりしながら、さらに関りを深めていけるような活動を取り入れていきます。
- 色々な食材に興味を持ち、食べる事を楽しむ  
 きゅうりとオクラの栽培を通して色々な野菜に興味を示すようになりました。給食の際にどんな野菜が入っているかを知らせたり、野菜や果物の絵本の読み聞かせを取り入れることで、給食に使われている食材に興味を持ち、苦手なものでも食べてみようとする気持ちと完食する達成感を味わえるようにします。



水遊びに大はしゃぎ！  
水鉄砲やボールなどで楽しんでいます

## クラスの様子

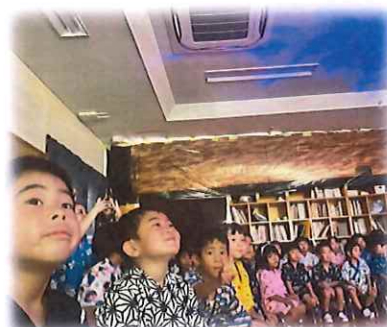


お祭りごっこや七夕会、  
たくさんの行事に嬉しそう  
な子どもたちです(〇)/



### ☆カリキュラム☆

- 運動遊び  
 (毎週木曜日)10:10~10:50  
 ※体育着で登園お願いします
- リトミック(14:15~15:15)  
 13日、27日(第2・第4火曜日)  
 ※体育着の持参をお願いします
- 英語 毎週月曜日  
 1グループ(9:30~)  
 2グループ(10:00~)







## 今月の目標

○夏の遊びを楽しみ、自分なりの喜びを達成させる心地よさを味わう

園外に出たり自然の中で思い切り遊ぶ中で、新しい発見や自然に対する興味を育みます。友だちや保育教諭とこれらを共有しながら自分の「楽しい」「不思議」を見つけて追求し、自発的に遊ぶことを楽しみ、達成感へとつなげます。

○自分の体に関心を持ち、夏の時期を健康に過ごそうとする

戸外で体を動かして遊ぶことや自然との触れ合いの中で「遊びの後はしっかりと休息をとる」「汗をかいた後の始末」「水分補給、手洗い、食事」などの大切さに気づかせ、健康に過ごすことができるようにしていきます。

○バランスよく食べる

食事に関する絵本や掲示物を用意し、様々な食材をバランスよく食べることや、偏食せずに食べることで丈夫な体が作られ、健康につながることを知らせます。

## クラスの様子

お店屋さんごっこに向けて話し合いを重ね、やりたいお店を決めたり、アイデアを出し合い工夫しながら商品を作りました。先生や太陽組さんを招待すると、店員になりきって楽しんでいましたよ〜(^^)/



宙組のおみこしで、おまつりごっこがスタートしました☆



お祭りごっこでは屋台に立ってお手伝いを頑張りました☆



### ~カリキュラム~

○運動遊び 毎週木曜日

10:50~11:30

※体育着登園をお願いします

○英語 毎週月曜日 10:30~

○音楽 6、20日 10:30~

### ☆おねがい☆

暑くなり、汗をかくことが増えてきました。着替えを多めに持たせてください。また、体拭き用のタオルもお願いします!

### 今月の歌

- おばけなんてないさ
- アイスクリームの歌

### 今月のダンス

- ココ☆ナツ





# 8月 ほけんだより

社会福祉法人ハイジ福祉会  
幼保連携型認定こども園  
あおいこども園

セミの鳴き声も一段と大きくなり、立っているだけでも汗をかくような暑い日が続いています。暑さに負けない体力をつけるためには、睡眠と食事はより一層大切になってきます。普段より元気がない、機嫌が悪い、ご飯のすすみが遅い、なかなか朝おきてこない…など“いつもとちがう”は子ども達からのサインです。体を休め、体調に気を付けて様子を見ていきましょう。

## 生活リズムをつくる3つのポイント 【1.早寝・早起き 2.朝ごはん 3.うんち】

1歳代に睡眠中に生活リズムを整えるホルモンの分泌量が多くなります。小さいころによく眠る習慣を付けることが発達を促し、生活リズムを整えるというよいサイクルにつながります。

イベントやお出かけ、きょうだいや夏休みなど生活のリズムが崩れやすい時期とは思いますが…大人も子ども達といっしょに生活リズムを見直してみましょう。

### 1. 早寝・早起き



#### 【 睡眠の3つの役割 】

①疲労を回復する…睡眠が不足すると、体の成長が遅くなったり、だるさで活動ができなくなったり、風邪をひきやすくなります。

②脳のメンテナンス…睡眠を適切にとっていないと、長時間シャットダウンされていないパソコンと同じで思考のスピードが遅くなったり、誤解や思い違いが起きたりします。

③記憶する…勉強やスポーツなど、脳と体が学習したことは睡眠中に記憶されます。また、記憶を消し去る機能もあるため、嫌なことは「寝て忘れる」ことで心と体を守ってくれます。



#### 【 朝の光をあびよう！！ 】

①太陽の光を浴びれば、自然に眠くなる…朝日を浴びた 14～16 時間後に眠気を催すホルモンが放出され、自然と眠くなります。朝の光は、体のスイッチのオン・オフ両方の役割を持っています。

早く眠っても同じ時間に起きる、遅く眠っても同じ時刻に起こして早く寝かせることで生活のリズムが整います。

#### ②活動とリラックスのバランスを保ちます

…朝日を浴びたときに出るホルモンが、活動できるように体のスイッチを入れてくれます。また、眠気を催すホルモンが分泌されないと、心身ともに十分な睡眠が取れなくなります。

※次回は『2.朝ごはん』についてのお話します。引用文献：『健』2023.4号・2024.6月号

## 《7月 罹患状況》

インフルエンザ A 型・・・12名

手足口病・・・5名

溶連菌感染症・・・3名

マイコプラズマ・・・3名

ヘルパンギーナ・・・2名

新型コロナウイルス感染症・・・1名

突発性発疹・・・1名



浦添市のある南部保健所管内で、インフルエンザの注意報が発令されています。

インフルエンザは、発症する前日から発症後3～7日まで鼻やのどからウイルスを出し、症状が一番強い時が感染力が最も強くなります。そのため、発症後5日かつ解熱後3日を経過していることが登園の目安です。

それぞれの感染症にも感染力が強い期間があります。感染拡大防止の為園内の感染症の発生状況やお子さんの体調を考慮して、早めのお迎えや病院受診をお願いすることもあります。その際はご協力をお願いします。

