



令和5年6月23日(金)

幼保連携型認定こども園 津田このみ学園 今在家分園

ひよこぐみだより 6月号

晴れたり雨が降ったり、天気の移り変わりが多いこの時期ですが、寒天あそびや砂遊びなど日々いろいろな遊びを楽しんでいます。気候の変化もありますが、体調管理に気を付けながら過ごしていきたいと思えます。



ジップロックにジェルやデコレーションボールを入れたセンサーバッグを用意すると、“なんだなんだ〜”と興味津々に近寄ってきました。バッグの上から指でつついてみたり手で持って握ったりしていました。中には、バッグの上に乗って足踏みをして足で感触を感じている子もいました。



園庭では寒天あそびをしました。はじめは固まった寒天を叩いて“パンパン”となる音を楽しんでいました。Aさんが寒天に指を刺した様子を見て“やわらかいんだ〜”ということに気が付いた子ども達は寒天に指さしたり、ぎゅう〜と手で握りつぶしてみたりしていました。指の隙間から落ちる寒天をジーっと観察している子もいました。

手で直接触れることに少し抵抗がある子は、スコップやカップを使い、すくって遊んでいました。

子どもたちは、思い思いの感触遊びを楽しんでいます。



暑い夏を乗り切ろう

生活リズムが崩れていると夏バテや熱中症にもかかりやすくなります。暑い時期こそ生活リズムをしっかり整えられるようにしましょう。

生活リズムを整えよう

寝る前に冷たいものを取りすぎると体を冷やし、寝つきを悪くしますので要注意です。

また、寝ている間に下がった体温は、朝ごはんを食べることで上昇し、体を動かしたり脳を活発にする準備をしたりします。また、腸も刺激を受けて便が出やすくなります。朝食を抜くと、低体温や集中力の低下などの原因にもなります。しっかり食べて、1日元気に過ごしましょう。

お知らせ

汗をたくさんかき、着替えをする機会が増えてきます。汚れた服を持って帰ったときは、必ず着替えの補充をお願いします。