



あゆみこどもえんだより



令和6年7月 社会福祉法人あゆみ会 あゆみこども園 大江町大字藤田字大花 402-4
 HP アドレス <https://www.ayumi-kodomo.jp> TEL 0237(62)3220
 Mail アドレス mail@ayumi-kodomo.jp FAX 0237(62)3260

園長 小関 義人

先日は、2歳児の保護者の皆さんと役員の皆さんの協力のもと、園庭にプールを設置しました。窓と網戸もピカピカです。(作業に携わってくださった保護者の皆さん、ご協力ありがとうございました。)

梅雨に入り、じめじめする日もありますが、子どもたちは、今日は水遊びできるかな?と楽しみにして過ごしています。水や砂・泥の感触や心地よさに触れながらたくさん遊んでいきたいと思います。それに伴い、汚れ物なども増えることになると思いますので、ご協力のほどよろしくお祈いします。

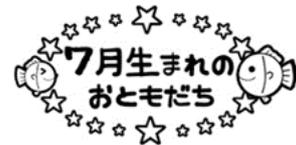
間もなくすると蝉の声が聞こえてきて、夏が近づいてきているのを身近に感じるようになります。暑い日が続くと、冷たいジュースやアイスなどに手が伸びて…、冷たいものを摂りすぎて食欲が落ちてしまうことがあります。そうすると、夏バテしやすくなるので、基本的な生活習慣を心がけて、楽しい夏を元気に過ごしていきましょう。

7月の予定



日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5 七夕会	6
7	8 発育測定	9	10	11 避難訓練	12	13
14	15 海の日	16	17	18 礼拝	19	20
21	22	23 誕生会	24	25	26	27
28	29	30	31			

8月の行事予定	
8日 (木)	避難訓練
13~16日(火~金)	自由登園日
19~23日(月~金)	発育測定
20日 (火)	礼拝
24日 (土)	プール撤収(0歳児保護者・役員)
	ママ会
27日 (火)	誕生会



きくち なぎくん 3さい
 かの ゆづきちゃん 1さい



『夏に流行する感染症』

高温多湿を好むウイルスが活発化し、夏特有の感染症が流行します。

「手足口病」や「ヘルパンギーナ」、「プール熱」などが流行る時期です。手洗いをこまめにして、予防に努めましょう。

新型コロナの流行も広がっているようです。引き続き感染対策をしっかりとしていきましょう。



~新しいお友だち~

いっぱい遊ぼうね~

ひよこぐみ 
 かの ゆづきちゃん
 よしだ かつねくん



夏バテ予防の生活習慣

近頃、子どもたちの夏バテが目立つようになってきました。子どもの夏バテ自体は昔からあるようですが、今ほど深刻なものではなかったようです。これは、子どもたちの外遊びの機会が減少し、冬は暖房・夏は冷房という快適な環境が、体力や体を守る力の低下を招いていることが原因のようです。

楽しい夏を元気に過ごすため、「夏バテ予防の生活習慣」を意識して過ごしていただければと思います。

①早寝・早起き

夏バテ予防には規則正しい生活がまず大切です。朝は早起きして、できれば朝決まった時間に明るい日差しを浴びましょう。そうすることで体内時計のリセットが完了し、元気な1日を過ごすことができます。



②外遊び

適度な外遊びも大切です。汗腺は3歳ぐらいまでに発達するといわれていますが、小さいときから、気温・湿度の管理された快適な環境でばかり生活していると、汗腺の発達が悪くなるといわれています。あまり気温が上昇しない午前中の早い時間や夕方に帽子をかぶってきちんと水分補給しながら、時間を決めてじんわり汗をかくぐらいの外遊びをすると、いい感じにお腹も減って食欲アップにつながります。



③お風呂

暑いからとシャワーで済ますことが多くなると思いますが、冷房などで意外と体の芯は冷えていたりします。湯船につかって温まると汗をかき、汗腺の働きも活発になります。

④衣服

灼熱の外気との温度差とエアコンの効いた室内との温度差を、衣服でこまめに調節することはとても大切です。外出時は、簡単に重ねて羽織れるものを持ち歩きましょう。

肌に直接触れる素材は、汗吸い取りのいい綿100%がいいですね。エアコンの冷気による冷えから守るためにも、またかいた汗をよく吸い取ってもらうためにも、ごく薄手の綿素材の長袖・長ズボンが一番おすすめです。



著『はじめは愛着から 人を信じ、自分を信じる子どもたちに』（福音館書店）より 一部抜粋

○基本的信頼が豊かに育つ時期

児童精神科医 佐々木正美

人間の人生の重要な部分は、乳児の時期にその多くが決まります。エリクソン（発達心理学者）は、乳幼児期の子どもの発達課題は、「基本的信頼」を育てることが、とても重要だと考えました。基本的信頼とは何かと

いいますと、たとえば、乳児期の赤ちゃんは自分で何もできませんから、おっぱいがほしい、おしっこがでてしまっ、おむつがぬれて気持ちが悪い、あるいは退屈しているとき、寂しいときには、泣いて自分の望んでいることを伝えます。そのときお母さんがきて、すぐおっぱいがもらえる、おむつを取りかえてもらえる、あやしてくれる、抱っこをしてくれる。こういうことは、赤ちゃんのほうからみれば、自分が望んだとおりに、なんでもやってもらえたということです。別の言い方をすると、自分が望んだとおりに、愛されたということです。赤ちゃんにとっては、自分が望んだことを望んだとおりにしてもらえたということは、望んだとおりにしてくれた人を信用する、信じることになります。

赤ちゃんのことを、なんでもかんでも聞きすぎると、依頼心が強くなって、努力しない子どもになるのではないかと心配する人もいるかもしれませんが、そんなことは絶対にありません。ほとんどのことが自分では何もできない赤ちゃんのときに、どんなに子どもの要求することを聞いてあげても、何ひとつマイナスにはなりません。大きくなって思春期、青年期になったとき、全部プラスになります。

「人間というのは、人生のはじめにおいて、自分が望んだように育てられれば育てられるほど、生きる希望がわいてくる。基本的信頼の中身は希望です。」自分が最初にであったお母さんをはじめ何人かの人に、自分が望んだように愛された子どもは、人を信じることができる、人を好きになることができます。そういう育児をしてくれる人に出会うことによって、相手と共感する感情を育てることができます。この共感性という感情があるから、相手に対する思いやりとか、相手の喜びを自分の喜びにすることができ、大きくなるにつれて、相手の悲しみ、苦しみや思いやることのできる感情へと発達していくのです。

