

おたより

はびねす nursery school

2022年

８月号

NO.5

蝉しぐれが降り注ぐ夏真っ盛りの陽気。“蝉しぐれ”とは、日本ならではの表現で、季節を音で感じさせてくれています。なかなか風情がありますね。

暑さが厳しい毎日ですが、澄み渡る空は、子どもたちのあそびたい気持ちをくすぐり、あそびへの意欲が止まりません。

ひき続きコロナ対策、夏の感染症対策、暑さ対策をしっかりと行いながら、夏ならではのあそびを存分に楽しみ、元気な体をつくりたいと思います。

花火は楽しく安全に



子どもたちは、夏の風物詩である花火が大すきですね。しかし、花火は火薬に火をつけるものなので、危険でもあります。大人と一緒にあそぶのはもちろん、注意書きや使用方法を一緒に読んで、取り扱いには十分気をつけてください。サンダルからはみ出した指に火花が落ちて、やけどをしたという例が多くあります。衣服も肌が露出したものは避けるようにし、楽しく安全にあそぶようにしましょう。

食育



水やりをがんばり大事に育てている夏の野菜が、今年は暑さが厳しくいつものような収穫はむつかしいようですが、みんなのお世話でたくさん収穫できています。

自分たちで育てている野菜が給食で出てくると大よろこび。体の栄養になる喜びを感じています。

野菜の日（８月３１日）



野菜には、ビタミンやミネラル、食物繊維がつまっています。これらは、生活習慣病や肥満の予防になるなど、必要不可欠な栄養素です。

きゅうり、トマト、ナス、ししとう、しそ、ピーマン、オクラ、とうもろこしなど夏は、旬の野菜がたくさんあります。旬の野菜は、栄養が豊富なので、食べることで夏バテを防ぎ、免疫力を高めてくれます。

たくさん食卓に出して、おいしく食べて家族みんなで暑い夏を元気にすごしてください。

冬瓜･･･冬の瓜とかきますが、夏に収穫する野菜です。
長く保存ができることから“冬まで食べられる瓜”として付けられた名前だそうです。
小ぶりなものは丸ごと店頭に並んでいます。季節の野菜として親しんでください。
冬瓜のほとんどは水分です。体を冷やしてくれるので、暑い夏にはうれしい野菜ですね。

かんたんクッキング 「冬瓜ポタージュ」



（材料）冬瓜、コンソメスープの素、牛乳

（作り方）１、皮をむいた冬瓜を適当な大きさに切る。
２、水とコンソメスープの素で柔らかくなるまで煮る。
３、ミキサーにかけ、牛乳を加える。
※温めても冷やしてもおいしい！！





〈 保健だより 〉



毎日暑い日が続いています。暑い夏は体を休ませることが大切です。

子どもは熱があっても、体調がすぐれなくても、自分で体の異常をうまく伝えることができません。元気だから･･･と過信せず、表情や食欲、動きの様子など細かく観察してください。



お仕事がお休みの時や時間がある時など、お家でゆっくりすごし、エネルギーを補充して元気で登園できるよう見守ってあげてください。

「鼻の日」　８月７日は「鼻（8･7）の日」です。

鼻がつまったり、鼻水が出続けたりすると、中耳や咽喉頭、肺などが病気になり、生活にも影響が出ます。鼻は、息を吸ったり匂いを嗅いだり、ウイルスの侵入を防ぐなど大事な器官です。

少しでも気になる症状が見られたら、早目に受診するようにしましょう。





「鼻水はバイ菌です」･･･
小児科の先生がいつも言っています。感染症にもつながってくるので、こまめにふき、様子をよくみてください。

「山の日」

８月11日は「山の日」です。

「山に親しみ、山の恩恵に感謝する日」として2016年に制定されました。

昔から山は人々にいろいろな恩恵をもたらす神がいる神聖な場所とされていました。

動植物の生息地や災害の防止など、私たちの暮らしに深く関わっています。感謝の気持ちをもたないといけないですね。



７月１日・・・プラネタリウム観賞

そらぐみ（４・５歳児）は、県総合科学博物館へプラネタリウムを観に行きました。係の人からの夏の空や星座についての説明を真剣に聞くことができました。お家でもお子さんと夏の夜空を見上げていろいろな星座を探してみてください。

子どもたちにとって科学博物館での一番の楽しみは、ちょっとこわいけど恐竜を見ることでした。１５分毎に動く恐竜に大よろこびで、存分に楽しんできました。

科学博物館では、夏は、いろいろなイベントがあります。是非、ご家族で足を運んで楽しい経験、体験を共有してください。







７月２日・・・保育参観、お世話になりました。

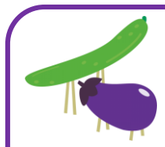
コロナウイルス感染症を気にかけながらでしたが、無事に終えることができました。

そら、ほしぐみ（３，４．５歳児）のみの参観という初めての試みでしたが、子どもたちはお父さん・お母さんを一人占めすることができ、ゲームや七夕笹飾り作りに集中してとり組むことができ、よかったなと思いました。今後の参考にもなりました。

つきぐみ・はなぐみさん、ご協力ありがとうございました。





お盆

お盆には、先祖の魂が帰ってくるといわれています。

きゅうり、ナスに割り箸を刺した飾りは「精霊馬（しょうりょうま）」です。

きゅうりは、先祖の魂が乗る馬を表し、足の速い馬に乗って早く帰ってきてくれるようにという願いが込められています。　ナスは牛を表し、別れを惜しみ、ゆっくりと帰ってほしいという願いが込められているそうです。

ご家族で、お墓参りや仏壇に手を合わせて先祖の霊を敬いましょう。



〈これからの行事予定〉

はぴはぴまつり･･･8月27日(土)

運動会　　･･･10月1日(土)

現時点での予定です。
お仕事の都合をつけておいてください。
状況により、変更することがあります。
出来る限り早くお知らせします。
ご理解･ご協力よろしくお願いします。