



わくわくだより

うさぎぐみ・ひよこぐみ

令和8年6月23日
奈良市立富雄南こども園
岡田美佳

梅雨はまだ続いています、少しずつ暑くなる日々が夏の訪れを感じさせてくれます。
梅雨が明ける前のこの時期は、急に気温や湿度が上がって熱中症にかかる人が増えます。外気温や室温、湿度に気を配りこまめに水分をとるようにして、熱中症にかからないように気をつけましょう。



<今月の遊び>

- 好きな遊び…ままごと、ブロック、車、金魚すくい、色水遊びなど
- 製作活動…カレンダー、カメ、ペットボトルシャワーなど
- 絵本や紙芝居、パネルシアターを見ましょう。
- 音楽に合わせて身体を動かしたり、体操をしたりしましょう。



7月・9月の予定

園行事などの都合により、休みや中止になることがあります。ご了承ください。登園される前には必ず園のホームページをご覧ください、中止などの内容があがっていないか確認してください。

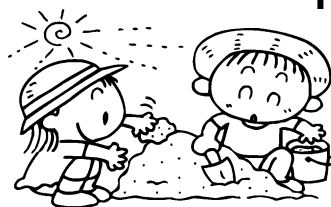
うさぎぐみ(3歳児) (週2回 木曜と火曜か金曜のどちらか)		7日	9日	
		14日	9/4	
ひよこぐみ(2歳児) (週1回 火曜か金曜のいずれか)	火	① 7日	② 14日	① 9/4
	金	① 10日		
ひよこぐみ(1歳児) (月2回 第1・第3水曜)		15日 (合同)		9/16
ひよこぐみ(0歳児) (月2回 第2・第4水曜)				8日



お願い

「ふれあい会」では、園庭の砂場などで砂遊びをしたり、絵の具やサインペンをつかった製作をしたり、水や氷、片栗粉等をつかった感触遊びをすることがあります。親子共に汚れてもいい服装でお越しください。また、必要に応じてお子さんの着替えをお持ちいただくようお願いいたします。

また、親子で一緒にふれあい遊びや手遊びをしたり、製作活動や体操をしたりして親子のスキンシップを図ってもらえるように計画しています。年齢の小さな子ども達が集う場ですので、目を離れた少しの時間が怪我につながることもあります。子どもたちの安全確保の為に、活動時間内のスマホなどでの写真撮影はご遠慮くださいますようお願いいたします。



子どもの貧血

貧血は比較的ありふれた病気、特に女性に多い疾患のイメージですが、生後6か月以降の乳児期と思春期でリスクが高くなるそうです。いずれも体が急速に成長する時期で鉄の需要の増大と供給の間にギャップが生じるからです。また思春期は部活動による汗からの鉄分の喪失、女子は月経により鉄分が失われることもありリスクが高くなるそうです。貧血が進むと「疲れやすさ、だるさ、頭痛、めまい」などが生じたり、「異食症」(バリバリとした食感のものを無性に食べたくなってしまう症状)がみられることもあるそうです。また、牛乳の過剰摂取により鉄欠乏性貧血になる状態を『牛乳貧血』というそうです。牛乳はそもそも鉄の含有量が少ない上に、鉄の吸収を妨げるようなカルシウム・カゼインなどを豊富に含んでいるなどが原因のようです。1歳くらいの子どものには1日あたり300cc~400ccを目安に摂取し、あくまでも「食事が主役、牛乳は補助」と考えることが大切だそうです。貧血は症状として気づかれにくいいため、気になることがあれば早めに受診して相談しましょう。



☆こども園ニュース☆

子ども達が楽しみにしているプール遊びの季節が今年もやってきました。6月16日には5歳児がプール掃除をしてくれました。クラスの友達と一緒にプールサイドを掃いたり、プールの中をたわしでゴシゴシとこすって汚れを落としたりして綺麗にしてくれました。プール開きは6月23日の予定です。梅雨の時期ではありますが、青空のもと子ども達の歓声が飛び交う楽しいプール開きができるといいなと思います。プールでの水遊びは水の心地よさを感じたり、ルールを守って遊ぶことの大切さを学んだりする貴重な経験となるので、事故のないよう楽しい時間を過ごしてほしいと思います。3歳児は安全面での配慮からプール遊びはせず、中庭でビニールプールやとい、ボールなどを使って、思いきり水遊びや泥遊びを楽しみたいと思います。

