



6月 園だより

あおぞら保育所 2026年6月2日 ㊦



真夏のような天気が続き、子ども達も野菜の苗の水やりや園庭での水撒きで、水の感触を楽しんでいます。風が涼しい時は、未満児の子どもは散歩に行ったり、テントの日蔭で砂遊びをしています。以上児の子どもたちは、汗をかきながら走ったり遊具に上がったりして元気に遊んでいます。

今から梅雨の時期に移っていくと思いますが、各年齢に合わせて室内で体を動かす体育あそびやリトミック、未満児は手指を使う微細運動を取り入れながら、子どもたちが興味を持って遊べるように活動内容を工夫していきたいと思います。

また、暑くなってくると夏の感染症や皮膚の病気に罹りやすくなってきます。エアコンのきいた室内と外気温の差で疲れが出やすくなり、鼻水・咳症状が表れる子どもも増えるのでお気を付けてください。

特に未満児の子どもたちは風邪症状だけでなく、湿疹や目の充血・軟便などから同じような症状の子どもが増えていくので、早めの受診と体調がよくないときの【病児・病後児保育】の利用をお願いいたします。

行事予定

《6月》

- 4日(木) 社会見学・スペースLABO(ぞう組)
- 17日(水) 歯科検診(ぞう組・きりん組) 12時半～
- 20日(土) 育児講座・給食試食会(10時～12時)
- 25日(木) リトミック(以上児)

保育参観・6/29(月) 6/30《火》7/3(金)
 (もも組・もみじ組・たんぽぽ組)
 6/23(火) 6/30(火)
 (うさぎ組・きりん組・ぞう組)

体育教室：9日、16日、23日、30日(火)

《7月》

- 7日(火) 七夕会・誕生会
- 9日(木) プール開き
- 25日(土) おまつりごっこ(二部制)
※保護者の方参加です
- 31日(金) 交通安全教室(以上児)



「梅雨の時期に体調を崩しやすい理由……」

- ① 天候や気温、気圧の変化が激しい。
 - ・自律神経には体を活動させる交感神経と、リラックス状態になる副交感神経の2種類があります。この2つの神経がバランスを取り、さまざまな器官を働かせてくれますが、気温や気圧の変化で乱れやすくなります。
- ② 湿度が高くなる。
 - ・湿度が高くなると、体から水分や汗や尿を上手く排出しにくくなり、むくみやだるさ、頭痛、肩こりなどの症状が出ます。
- ③ 睡眠不足になりやすい。
 - ・睡眠が浅いと疲れが取れなくなり、イライラや集中力の低下にも繋がります。
- ④ 日照不足になりやすい。
 - ・日照時間と気分には関係があり、雨の日の日照時間が短い日が続くと、体調に支障を来すので、朝に太陽の光を浴びることで、体内で幸せホルモンと呼ばれる「セロトニン」が作られます。

規則正しい生活を心がけ、バランスの良い食事を摂りましょう。また、生活リズムを整え、質の良い睡眠をとり、梅雨の時期に負けない体作りをしていきましょう！(〜)!

職員のキャリアアップ研修

- 6月3日 リーダー研修・乳児保育研修
- 9日 階層別研修Ⅰ
- 10日 マネジメント研修
- 12日 主任級保育士研修
- 18日 乳児保育研修
- 23日 主任級保育士研修
- 25日 実習指導担当者研修



《お願い》

- 朝9時30分までに登所しましょう。
- 遅れて登所する時やお休みをする時も、必ず9時30分までに連絡をお願いいたします。
- 夕方の混み合う時間帯は、車の出し入れを速やかに行い、待っている方に駐車場を空けてください。
- お子さんの体調が良好ではない時は、(病児・病後児保育)をご利用ください。
※登録用紙はホールに置いてあります。