

梅雨に入ったと思っていたら、すぐに夏日や真夏日が観測されジメジメと暑い日が続いています。それでも子ども達は元気に走り回りますので、毎日汗だくになっています。

最近野菜の観察が子ども達の楽しみようです。園庭奥に植えたキュウリやトマトの苗が、日に日に大きくなっています。自分たちで植えた野菜だからこそ子ども達は関心を持ち、それが面白いように毎日変化していくので、進んで観察してくれます。先日は大きくなったキュウリを収穫して、みんなで塩漬けにしておいしくいただきました。

これらの活動は主に年長組の子ども達ですが、それ以外のクラスでも枝豆を育ててみたり、グリーンピースやそら豆のさやむきに挑戦してみたりと、「食」に関する活動を増やしています。これらの活動を通じて、新しい発見や驚きに出会い、それがまた次の疑問や興味に繋がってくれば、子ども達の好奇心もどんどん膨らんでくれることと思います。

ちょうど今月は食育月間でもあります。ご家庭でも子ども達が「食」に対して様々な“？”や“！”がきっとあると思います。それら一つ一つに丁寧に、そしてより好奇心が膨らむ方向に導いてあげることができたら、きっと子ども達も食べる事がもっと楽しくなるのではないのでしょうか。



## <トピックス>

### 調理保育



年齢に応じてグリーンピースやそら豆のさやむき、パン作りの他、野菜や稲のお世話などに挑戦しています。中にはお遊び感覚の子もいるようですが、お手伝いをしたその食材がそのまま調理され給食で出てくると、一連の流れがおおよそ理解でき、食べる時は普段以上においしく感じるようです。



### 施設訪問

ご近所の老人介護施設から音楽会のご招待があり、年長組の子どもたちと遊びに行ってきました。子ども達は最初、少し緊張気味でしたが、楽しく歌ったり踊ったりしているうちに徐々に溶け込むことができました。別れ際には「また来るね。」握手をして、とても楽しいひと時を過ごすことができました。





# 子育てワンポイント!



## 梅雨から夏に 向けた健康管理

梅雨時は、暑い日や涼しい日が急激に入れ替わることを繰り返す時期です。胃腸が弱りやすく、腹痛や下痢を起こしやすくなりますので、特に子ども達の健康管理には注意しながら過ごしましょう。

### ◆梅雨どきの症状◆



この時期、湿度が上がりますので食べ物にはカビが生えやすく、腐りやすくなります。身体的には、汗が出やすく、体がべたついたり、シメシメしたりする事が増えます。また、胃腸が弱りやすく、腹痛や下痢を起こしやすい時期でもありますので、注意が必要です。

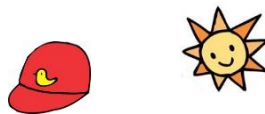
### ～こんなことに気を付けよう～



- 食べ物は新鮮なものを料理する
- きれいな食器をつかう
- 食べる時は特に石鹸で手を洗う
- 衣服は汗を吸いやすいものにし、こまめに着替える

### ◆夏に向けた紫外線対策◆

一昔前は、太陽の光を浴びて日焼けをするのは健康によいとされてきましたが、現在では過度の紫外線を浴びると肌に悪影響を及ぼすことが認知されてきています。屋外で遊ぶ機会の多い子どもにこそ、しっかりとした紫外線対策を行いましょ。



### ～日焼けの予防法～

普段から帽子をかぶる習慣を付けたり、日差しの強い季節はUVクリームを塗ったり、UV加工を施した服を着用したりするなどの対策をしましょう。それでも日焼けをしてしまったら、冷やしたタオルなどで患部をしっかり冷やしましょう。



### 【子育て支援活動】 ～パートナー保育登録制度～

田無北原保育園では、在宅で子育てをしているご家庭や出産前後の保護者の皆様を支援しております。パートナー保育者として登録いただくと、育児相談や保育見学、園行事(※)への参加などが可能となります。詳細はお問い合わせください。

※対象行事の例：プール開放、スイカ割り、焼き芋会、お餅つきなど  
(年度により異なる場合があります)



### アクセス MAP (駐車場はありません)



西武新宿線「田無駅」または西武池袋線「ひばりヶ丘駅」からバス「北原二丁目」停留所より徒歩1分

お問い合わせ Tel : 042-467-8080

URL : <http://kitahara-ns.org/>

田無北原保育園  検索

==== 社会福祉法人 大誠会 ====  
田無北原保育園 (私立認可園)  
田無保育園 (公立園運営受託)

子育て情報「きたはら」は、子ども達の健康と心豊かな成長の支援を目的に、田無北原保育園が発行している地域情報紙です。ホームページではバックナンバーもご覧いただけます。