



# 7月の園だより

出東こども園  
令和6年度

まだまだ梅雨のお天気が続きそうですね。園庭に設置されたプールを見ながら、明日のプール開きを心待ちにしている子どもたちですが…お天気が気になるところです。

6月は子育て講演会やばんびぐみ・うさぎぐみの半日保育活動など保護者の方に来ていただき、共に学んだり、園での様子を見てもらい、お伝えする機会を持つことができました。園での様子を見て安心されたり、美味しい給食と一緒に食べたりと嬉しい感想をたくさん聞くことができ、子どもたちと共に嬉しく感じました。

また、大きなクラスの子どもたちは、地域の方々やお家のおじいさん・おばあさんにもお手伝い頂き、サツマイモの苗植え体験をしました。秋の収穫を楽しみに様子を見ていきたいと思います。そして畑やプランターの夏野菜も収穫でき、とりたての野菜を友だちと一緒に味わっています。

今月末には「なつまつり」があり、おみこしやおはやしの練習を始めたたり、お店で使うものを製作したりして準備も進んでいますので、お楽しみに。そして明日からはプール遊び、水遊びも始まります。体調に気を付けて、元気に毎日来てくださいね。



じきょうさん 芋苗植え



ばんびさん・保育活動



ひよこぐみ・片栗粉で感触遊び



こあらぐみ 梅ジュース作り

## 7月の教育・保育のめあて

◎ 夏を健康で快適にすごしましょう

◎ 夏の遊びや行事を大いに楽しみましょう



## ♪ 7月のうた ♪



♪ なかよし太鼓 (作詞・作曲 西川保育教諭)  
♪ ぼくのミックスジュース ♪ 水あそび ♪ たなばた  
♪ シャボン玉とばせ ♪ チャチャチャ流れ星

## ～より良い睡眠のために～

今年度1回目の“元気な心と体をつくろう!!～メディアと上手に付き合うウィーク～”がありました。“早寝・早起き・朝ごはん”を基本に、生活リズムに気をつけながら、取り組みましたか? 体のリズムを保つためには、規則正しい生活が大切です。先日より、職員研修で眠育・睡眠について学んでいます。そこで、今回は、夜の睡眠の大切さについて、お伝えします。

○夜の睡眠の役割＝「脳と体を育て・守る」＋「体内時計の調整」  
眠っている間、人間の体はエネルギーの消費を抑え、体の成長や保守点検に栄養を集中させます。また、成長ホルモンの分泌を促したり、免疫力を高めたり、体内時計を調整するなど、睡眠は脳と体のメンテナンスに重要な役割を果たしています。

睡眠が不足すると、脳から老廃物(ゴミ)を掃除する働きが弱まり脳の働きが悪くなります。

○望ましい睡眠時間(幼児期は昼寝を含む)  
生後4か月～11か月 … 12～16時間 1～2歳 … 11～14時間  
3～5歳 … 10～13時間 大人 … 7～9時間

※次回は、乳幼児の眠りを育てる12箇条をお伝えします。



元・県立中央病院 院長 菊池 清 医師のお話より

## 7月の行事予定

日・曜	行事内容	備考
1日(月)	おあつまりの会	今月の歌と約束について話を聞きました
2日(火)	プール開き	お約束を聞いて安全に遊びます。スイカ割もしま～す
5日(金)	七夕会	お部屋で七夕の由来を聞き、七夕メニューをいただきます 短冊に願いを書いて笹に飾りましょう
9日(火)	びよんぴよん広場	在宅のお子さんが来園され、一緒に遊びます
	保護者清掃活動(第1班) 17:30～ (予備日 11日・木)	園庭の草取り、園舎周辺の草刈り、砂よせ等をお願いします
11日(木)	きりん陶芸体験	出東陶芸クラブの方々に教えていただきます
11日(木)～13日(土)		キャリアアップ研修(子育て支援)に山根保育教諭が出かけます
12日(金)	布団持ち帰り	夏場は汗をかくので今回と月末と2回の持ち帰りとさせていただきます 16日(火)に持ってきましょう
17日(水)	カレークッキング	園の畑で採れた夏野菜を使ってカレーライスを作ります(きりん・こあら・ばんびぐみ)
19日(金)	誕生会	7月生まれのお友だちをお祝いします
26日(金)	布団持ち帰り	シーツやタオルケットを洗って29日(月)に持って来ましょう
27日(土)	なつまつり(15:30～17:00) (土曜保育は12時までとさせていただきます) ※詳細は後日、お便りをお配りいたします。	
30日(火)	避難訓練(地震)	ベルの合図で安全な所に集まる訓練をします

## お礼

◎ 出東蛭会様より、たくさんの蛭をいただきました。給食で蛭汁にして美味しくいただきました。



◎ たくさんのどくだみ草

卒園児さんのお家からいただきました。どくだみ草は、乾かしてお茶にし、給食の時にいただいています。

◎ 芋苗植えでは、じきょう営農組合の皆様、出東地区社協・中間さんにお世話になりました。

～いつもあたたかいお気持ちを頂きありがとうございます～

## 来月のお盆期間についてのお知らせ

◎ 8月13日(火)・14日(水)・15日(木)日は希望保育日とさせていただきます。

ご両親共就労でご家族等の中でどなたも育児をする人がいないなど、ご事情によって保育をいたします。

希望の方は、事務所で専用の用紙をお渡ししますので、7月12日(金)までに記入して事務所まで提出ください。

(希望をされた方、期間中はお弁当と水筒をご持参ください)

\*香川恵理保育教諭は7/17(水)より、渡部瑠美保育教諭は7/20(土)より産休に入ります。ぱんだぐみには加瀬部保育教諭が入ります よろしくお伝えいたします。