



仙台ありのまま舎保育園
令和8年.7月号

梅雨入りし、じめじめベタベタ、すっきりしない天候が続いていますね。
雨は気分が落ち込みがちですが、保育園では、絵の具やビー玉、泡などで製作を楽し
む日となります！好みの色の絵の具を、自分でこれでもかと絞り出し、のびのび
と色を塗り重ねていきます。とても楽しいようで、「明日は絵の具する？」と毎日
ワクワク楽しみにしています♪
雨の日が嫌なだけではない日になった出来事でした(*´▽`*)



(7月)	行事予定	(8月)
1日 身体測定		5日 身体測定
7日 セタ会		7日 お誕生日会
16日 避難訓練		22日 避難訓練
		25日 不審者対応訓練



・水遊びのお知らせ

雨の合間、晴れた日は暑さを感じるようになり、
いよいよ水遊びを楽しめる時期になりましたね！
気温や天候をみて、水遊びを行いますので
プールバックにタオル、着替えの肌着、
短めのズボンを入れて持たせるようお願い
いたします。
*肌着はタンクトップでお願いいたします。





寝冷えしないように

寝苦しい夜はクーラーや扇風機をつけたまま寝ることが多く、寝冷えの原因になります。また、気温が下がる明け方、昼寝のときなどは、つい油断して、お腹に何も掛けずに寝てしまいがちです。寝冷えにより、下痢・鼻水・咳などの症状が出てきます。寝るときはクーラーの室温設定を調節しタオルケットを掛けるようにしたりと気をつけましょう。

製作に使ったビー玉を洗って拭くという、お片付けも楽しんでやってくれます(^_^)♪





・紫外線に気をつけましょう

夏になると公園遊びやプール、キャンプなど外で過ごす時間が増えます。その一方で注意したいのが「紫外線」です。

子どもの肌は大人より角質層が薄く皮脂も少ないため、紫外線によるダメージを受けやすい状態です。さらに、子どものころに浴びた紫外線は皮膚に蓄積され、将来的にシミやしわ、皮膚がんなど健康上のリスクになることもわかっています。

紫外線を浴びすぎると・・・

- ◎シミ・しわなどの皮膚老化
- ◎皮膚がんのリスク上昇
- ◎白内障や翼状片などの眼の病気



が起こりやすくなります。子どもの時期こそ、日焼け止めを正しく使用して、紫外線対策を始めることが大切です。

日焼け止めは、子どもの場合はノンケミカルを優先して使用した方が良いでしょう。特に乳児湿疹やアトピー性皮膚炎などの基礎疾患を有する場合はノンケミカルの方が肌に優しく、トラブルが少ないでしょう。

使用後は肌に残さないことも大切です。1日の終わりには石けんをしっかりと泡立て、やさしく洗い流してあげてください。ゴシゴシこすらず、泡でなでるように落とすのがコツです。その後は普段の保湿剤でしっかりケアして、乾燥や湿疹を防ぎましょう。

お休みをお願いします

- ・37.5℃以上の熱がある
- ・咳がひどい
- ・下痢の回数が多い（回数が少なくても水下痢の場合も）
- ・食欲がなくだるそうにしている
- ・鼻水が多く泣きやすい
- ・嘔吐している

このような場合、集団で長時間過ごすことが難しいサインです。様子を見て、早めに受診し消化の良いものを食べてゆっくり休んで体力回復に努めましょう。