

# 夏休みだより



令和7年7月18日  
 認定こども園  
 学校法人 東英学園 東雲幼稚園  
 電話：0172-54-8220

いよいよ明日から、夏休みです。今年の夏もとても暑い予報となっておりますが、思いっきり遊んで、今しかできない経験をたくさんして欲しいと思います。事故やケガのないように、また熱中症などにも十分気をつけて、お過ごしください。



## 熱中症に気をつけましょう

梅雨の蒸し暑さが過ぎ、ジリジリとした暑い夏本番がやってきます。この時期、気をつけたいのが「熱中症」です。乳幼児は体も小さく、自ら意思表示をして水分をとることが難しいので、脱水症状や熱中症にならないよう、周囲の大人が気をつけましょう。熱中症は、炎天下だけでなく、湿度の高い室内でも起こり得ます。通気性のよい服を着せ、こまめに水分を与え、外出時には帽子をかぶらせるなどしましょう。



## 水分のとり方に気をつけましょう

暑い季節、体は汗をかくことで、皮膚から熱を奪って体温を下げようと機能します。子どもたちは長時間汗をかいても遊びに夢中で、のどの渇きに気づきにくいことがあります。①牛乳やジュースは消化に時間がかかるので避け、水かお茶・麦茶をゆっくり飲む。②飲み物は冷やし過ぎない。③一度に大量に飲まない。④運動の前後にこまめに水分を摂取する。という点に注意しましょう。



## 体の冷やし過ぎに注意

今年も昨年に引き続き、異常な暑さが予想されています。夏休み中は、大人に合わせた生活リズムになって、冷房の効かせ過ぎや、冷たい飲み物の取りすぎで、体を冷やしてしまいがちです。そんなときこそ、規則正しい生活リズムを守り、温かい飲み物を飲むなどの配慮が必要です。

また、冷房の効いた家の中にばかり居ないで、外で元気に遊んでいっぱい汗をかくことも大切です。ゆっくり休養し、温かいお風呂に入ってから休むようにしましょう。



七夕集会 (7月7日)  
 みんなの願い事が叶いますように。



七夕お茶会〈5歳児〉(8日)  
 緊張しましたが、立派なお点前でした。



7・8月お誕生会 (17日)  
 お楽しみ会は「力を合わせてお魚キャッチ」でした。

## おしらせ

### 子ども達の作品展示

◎金魚ねぷた (全園児)

温湯郵便局

8月から展示予定 (お盆明け頃まで)

◎絵画 (5歳児)

東奥信用金庫黒石支店

展示中 (8月末頃まで)

### 実習生が来ます

〈教育実習〉8月18日(月)~9月6日(土)まで、柴田学園大学から3名です。

〈給食管理実習〉8月18日(月)~22日(金)まで、柴田短期大学から1名です。

### おやくそくひょうとラジオ体操

夏休み中、2~5歳児には「おやくそくひょう」を配布します。事前に決めた約束事他に、ご家庭での約束事を書き込み、毎日記録してみてください。2学期が始まったら園へ持ってきて先生に見せてください。

また、夏休み中も毎日ラジオ体操を行います。「ラジオ体操カード」は基本的に園で保管しますので、土日やお盆休みに持ち帰りたいときはお申し出ください。



## こんなこと、悩んでいませんか?

今日から使える!  
 魔法のことがばけ10選(前半)  
 (保育メディア MiRAKUU 編集部)

- 「〇〇できたね」  
→結果ではなくプロセスを言語化すると、達成感が2倍に!
- 「気づいてくれてありがとう」  
→優しさや気配りを「見つけてくれる大人」がいることが安心感に。
- 「待ってくれてうれしいな」  
→「待たされたこと」を肯定されると、自制心が自然と育ちます。
- 「なんか、その考えおもしろいね」  
→ユニークさや発想力への承認が、自信の種に。
- 「困ったらいつでも呼んでね」  
→「頼っていい」というメッセージが、安心の土台になります。

## ~8月の行事予定~

日	月	火	水	木	金	土
31					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11 山の日	12 お盆休み	13 お盆休み	14 お盆休み	15 お盆休み	16
17	18 2学期始業式	19	20	21 えいごであそぼう	22	23
24	25 集金袋配布日	26	27	28 お弁当の日 えいごであそぼう	29	30 PTA役員会 15:00~16:00