



# 保育所だより



令和6年8月号  
中部保育所  
TEL.63-3221 090-5693-1233

## 暑中お見舞い申し上げます

夏本番を迎え、厳しい暑さが続いています。保育所では、日陰をつくりながら暑さに負けず元気いっぱい水遊びを楽しめるようにしています。そして、プール遊びだけでなく、夏ならではの遊びが十分に楽しめるよう、さらに環境や遊びの工夫をしていこうと考えているところです。この夏も気温が高く、熱中症が心配されます。こまめに水分補給をし、疲れたり体力が落ちたりしていると感じられる場合は、無理をせずに休息をしっかりとするよう心がけましょう。

### 保育目標～夏の遊びを思いきり楽しもう

今月も引き続きプール遊びを楽しみます。小さいクラスではカップで水をすくっては流して繰り返し楽しんだり、浮き沈みする魚のおもちゃを拾って水にふれたりして遊びます。大きいクラスでは、フープをくぐり、ビート板を使って泳いだり、プール最終日にはできるようになったことを見せ合ったりもします。また、ボディペインティング・寒天遊びなどの感触遊びも楽しみます。

### 生活目標～生活リズムを整えよう

生活リズムが乱れがちな夏です。暑さや夜更かしは体調を崩す原因となります。疲れ過ぎないように体を休めたり、『早寝・早起き・朝ごはん』を心がけたりし、生活リズムを整えて、暑い夏を元気に過ごせるようにしましょう。

### ☆楽しかったわいわいまつり☆



おみこし：うさぎ組



保護者会役員の皆様によるOXゲームで盛り上がりました！



踊り：ぱんだ組



はやすめ会員さんのヨーヨー釣りコーナー



和太鼓演奏：きりん組



ボールプール

### ご寄贈ありがとうございました

手作りゼリー～久多美地区社会福祉協議会様  
紙鉄砲、紙飛行機～はやすめ福寿会様



ぱんだ組



きりん組 色水遊び



うさぎ組 プール遊び



りす組 片栗粉遊び



### カブトムシが成虫になったよ！

5月に地域の方からいただいたカブトムシの幼虫が7月に入って次々に成虫になりました。ゼリーをあげたり、動く様子を見たりして楽しんでいます。

### 職員出張のお知らせ

- △午後の研修
- 2日△出雲市保幼小連携共同研修会～佐藤
- 7日 防災研修～竹内
- 9日△男女共同参画担当者研修会～川瀬
- 〃△島根県私立保育園連盟青年部研修会～竹内
- 19日△出雲市保幼小連携共同研修会～長廻裕
- 20日△幼児期の運動遊び指導者講習会～錦織
- 〃△平田中学校区保幼小連携推進・生活指導部会～竹内、岩成
- 20日～22日 保育士キャリアアップ研修【障がい児保育】～合田
- 23日△平田中学校区保幼小連携推進・交流活動部会～川瀬
- 27日△とよたかずひこ絵本講演会～山根
- 〃△就学前人権教育講座～岩成
- 28日 主任保育士・主幹保育教諭研修会～川瀬
- 29日～31日 保育士キャリアアップ研修【障がい児保育】～梶谷
- 下旬～元気アップ夏季セミナー（オンデマンド）～西尾、山岡、福岡



### 8月の行事予定

- 1日(木) ◆一日保育士③
- 2日(金) 修了児招待日
- 〃 クッキング：夏野菜カレー（うさぎ、ぱんだ組）
- 5日(月)～9日(金) 身体測定週
- 8日(木) ふれあいデー七夕会
- 9日(金) 七夕コンサート、保育所開放日、布団持ち帰り
- 11日(日) 山の日【祝日：休所】
- 12日(月) 振替休日【休所】
- 13日(火)
- 14日(水)
- 15日(木)
- 17日(土) はやすめ久多美の夏祭り(きりん組参加)18:30～
- 19日(月) 避難訓練(火災)
- 20日(火) 保育所開放日、なかよしデー、集金日
- 21日(水) 5歳児交流保育(於：平田保育所)
- 22日(木) 巡回相談
- 〃 わくわくデー(絵手紙教室：きりん組参加)
- 23日(金) ◆一日保育士④
- 27日(火) バースデープロジェクト(きりん組)
- 28日(水) 誕生会
- 29日(木) 避難訓練(地震)
- 〃 クッキング：夏野菜カレー(きりん組)
- 30日(金) プールじまい、布団持ち帰り



ふわふわだね。

ことり組 泡遊び



ひよこ組 カラフル水遊び

### 9月の主な予定

- 2日(月) ◆一日保育士⑤
- ◆のついている行事につきましては、後日おたよりで詳しくお知らせします。

### お知らせ・お願い

#### ★希望共同保育(13日・14日・15日)について

平田保育所で保育を行います。希望された方は、弁当と水筒を持ってきてください。

#### ★はやすめ久多美の夏まつり(17日)について

きりん組が久多美コミュニティセンターの夏まつりに参加し、和太鼓演奏や歌を披露します。ぜひご家族でお出かけください。

友だちと一緒にわいわいまつりの迷路で遊んだよ！



先生の背中に乗ってスーイスイ！



うさぎ組 プール遊び



りす組 片栗粉遊び

### ☆子育てのヒント 良い眠りを得るための5つのポイント

6/27、出雲市保育協議会の保健研修で、兵庫県立リハビリテーション中央病院 菊池先生の「乳幼児の睡眠」の講演がありました。乳幼児にとって大切な睡眠のお話でしたので、一部紹介します。

動く/遊ぶ(身体活動の質・量・タイミング)

\*午前中に外遊びをさせる。  
\*体を動かす楽しみをつくる。

食べる(栄養の質・量・タイミング)

\*朝・昼・夕食をきちんと摂る。  
\*夕食は寝る2時間前までにしっかり摂る。

眠る(睡眠の質・量・タイミング)

\*眠る1時間前からは強い光を見せない。  
\*入浴は遅くとも眠る1時間前までに済ませる。

#### 「子育ての5原則」

安心できる(居場所・達成感)

\*毎日同じような生活リズムを繰り返す。  
\*子どもの生活に大人が合わせる。  
⇒母親は子どもと共に眠って生活する。(母親の睡眠時間の確保)  
⇒父親の協力が必要。

手本を知る(親・大人の姿)

\*寝る前に、年齢に応じた穏やかな決まり事(子守歌、絵本、おやすみの挨拶など)を習慣づける。  
\*眠る1時間前から、強い光(室内灯・スマホ・タブレット・テレビなど)を見せない、興奮させる遊びや刺激を避ける、騒がしくしない。

参考資料：出雲市保育協議会保健研修資料