



暑さも日々増していき、本格的な夏もすぐそこまで来ているようです。園では、汗をかいたら着替えたり、こまめにタオルで拭いたりするなどを習慣づけています。また先月から始まった歯磨きでは、歯磨きソングに合わせ全員で和やかな雰囲気の中行ってくれています。

乳児組お手伝い係では、段々と“なにをしたらよいか”を自分たちで考えて動く姿も見られるようになってきました。「頑張ってきたよ〜！」と達成感に満ちた表情でお部屋に戻ってくるみんなが誇らしいです。

さらに先月末から始まった水遊びでは、園庭で裸足になって、全身で砂と水の感触を楽しんでいます♪イルカ・ペンギングループにそれぞれ分かれ、ゆったり遊ぶ子、ダイナミックに遊ぶ子で賑わっています。暑い日が続きますが、夏に備えて十分な栄養・睡眠を確保して健康第一に、ワクワク楽しい夏を迎える準備をしていきましょう。

### 今月の目標

- 夏の健康的な生活に必要な習慣を身に着ける
- 友だちと教えあったり、考えを出し合いながら一緒に遊ぶことを楽しむ



- ♪ たなばたさま
- ♪ にじ
- ♪ アイスクリームのうた

### 頑張っています！

学習の時間では、“表情”についてプリントを用いて考えたり、お友だちの好きなところを発表したり、全員で作戦を考え協力してドミノを長く作ったりなど・・・テーマは様々です。

毎日楽しみにしてくれている子どもたちと、「なぜ?」「どうして?」を深められるような題材で引き続き行っていきたいと思います！

### ～自然とのかかわり～

5月にピーマンの苗植え、そして6月にひまわりの種まきを行いました。葉の形や生え方に疑問を抱いたり、土の感触を確かめたりなど、改めて観察してみると発見がたくさん生まれました。また、6月の学習の中で“ピーマン試食会”を行うと、「あれ? 苦くないかも!」「おいしい♡」「苦い・・・」など様々な声が上がりましたが、共通していたのはやはり収穫できた喜び。そんなひまわり組さんは引き続き毎日水やりを頑張ってくれています。

### ★水分補給について★

私たちの体からは、普通に生活しているだけでも、一日に約 2.5ℓ の水分が失われています。食事から取れる水分や、代謝時に体内でつくられる水分の量は合計で約 1.3ℓ なので、1.2ℓ ほどの水分を飲み物で補給しなくてはなりません。これは、体の水分量が約 60% の大人の数値であり、体の水分量が約 70% の子どもは、より多くの水分が必要になります。そうは言っても、一度に 1ℓ 以上の飲み物を飲んでも体はうまく吸収することができません。一回にコップ一杯程度 (200ml ほど) の水分をこまめに少量ずつとって、水分補給するようにしましょう！

