

6月の園だより

《園長の言葉》

令和7年度 認定子ども園竜光保育園 第720号

一足先に梅雨入りした九州南部に続いて、九州北部も間もなくなのでしょうが、梅雨入り前の爽やかなこの季節を、子どもたちといっしょに分かち合いたいと思っています。

さて、先月突然おとずれた30度以上の真夏日では、熱中症で救急搬送される方や、中には亡くなった方もいたそうです。この状況にある専門家が、「暑熱順化(しょねつじゅんか)」が不十分だったのではとコメントしていました。暑熱順化とは、徐々に体を暑さに慣れさせる、順応させることだそうです。近年寒暖の差が激しく、特にこの時季の急激な温度上昇にはまだ暑さに体に対応できず、熱中症など体調を崩す方が多く見られます。暑さに負けない体になるには、5～6月の頃にかけて、徐々に体を暑さに順応させる暑熱順化が効果的だと言われ、その中で最も有効なのが「発汗(はっかん)」だそうです。体には、暑い環境にさらされた時に体温が上昇しすぎるのを防ぐため、熱を体の外へ逃がそうとする熱放散機能が備わっており、その一つが発汗で汗が蒸発する時の気化熱により熱放散を行い、体の内側にこもった熱を外に出します。下にある図は、無理のない範囲で発汗できる「暑熱順化トレーニング」です。無理のない程度にお子様といっしょにチャレンジして、来たるべき本格的な暑さに備えてはいかがでしょうか。

『暑熱順化トレーニング』 厚労省HPより

日常生活の中で無理のない範囲で汗をかくようにし、数日から2週間ほど続けて完了

～避難指示(レベル4)発令による休園について～

当園所在地は、行政が定めた土砂災害特別警戒区域に該当するため、**豪雨などの際に避難指示(警戒レベル4)が発令された際には休園となります。**避難指示が早朝6時の時点で解除されていない場合は、臨時休園となり、日中に発令された場合は速やかなお迎えをお願いすることとなります。いずれもキッズノートでお知らせします。(※既読がつかない場合は直接電話をさせて頂く場合もあります。) ご迷惑をおかけすることもあると思いますが、ご了承・ご協力をお願いします。

歩く・走る (帰宅時に一駅分歩くのもOK)	自転車
歩く目安 30分	運動目安 30分
走る目安 15分	頻度目安 週3回
頻度目安 週5回	
適度な運動 (筋トレやストレッチなど適度に汗をかくもの)	入浴・サウナ (お風呂はシャワーだけでなく、湯船につかる)
運動目安 30分	頻度目安 2日に1回
頻度目安 週5回～毎日	

6月の行事予定

- 6月4日(水)虫歯予防デー
- 5日(木)ダンス教室(桜・梅組)
- 9日(月)英語教室(桜・梅組)
- 11日(水)硬筆教室(桜組)
- 12日(木)防災・避難訓練
- 13日(金)誕生会
- 14日(土)保育参観
- 16日(月)身体測定(未満児)
- 17日(火)身体測定(以上児)
- 18日(水)硬筆教室(梅組)
- 23日(月)英語教室(桜・梅組)
- 25日(水)毛筆教室(桜組)

5月生まれのお友だち



『もりのいえ』でのお泊り保育

～ひよこ菜園での苗付けや収穫の様子～



クラスだより

《さくら組》

楽しみにしていた“お泊り保育”では、お家の方と離れいろいろな体験をして、少したくましくなったような気がします。5月に植えたきゅうりの苗も少しずつ大きくなり、収穫を楽しみに毎日観察をしています。雨も多くなる季節ですが、梅雨ならではの遊びを取り入れながら楽しみたいと思います。

《うめ組》

梅雨入り間近となりましたが、比較的爽やかな日も続いています。新しい生活にも慣れ、毎日楽しく過ごしている子どもたちの姿が見られて、嬉しく思います。こまめに水分補給を行うなど、体調管理に気をつけながら過ごしていきたいと思います。

《もも組》

進級して2カ月が経ち、新しい生活リズムにも慣れ楽しく過ごしています。身のまわりの事にも、とても積極的な姿が見られています。梅雨の季節となり、室内で過ごすことも多くなりますが、いろいろな遊びに触れたり体を動かしたりするなどして、元気に楽しく過ごしていこうと思います。

《たんぽぽ組》

進級して2カ月が過ぎ、子どもたちも少しずつ新しい環境にも慣れ、楽しそうに笑顔で過ごす姿が見られます。梅雨の季節になりますが、室内でも十分に体を動かして、様々な遊びを取り入れながら、元気に楽しく過ごしていきたいと思います。

《すみれ1歳児組》

進級して2カ月が経ちました。新しい環境にも慣れ、笑顔で登園できる日も増えて、嬉しく思っています。ズボンの着脱やタオルで口を拭うなど、身のまわりの事に挑戦中です。子どもたちの「自分でやりたい」気持ちを大切に、一人ひとりの発達に合わせて援助を行いながら、見守っていききたいと思います。

《すみれ0歳児組》

園生活にも少しずつ慣れてきた子どもたち。寝返りをし、しっかりと腕で体を支え左右に旋回をする子や、つかまり立ちをし、つたい歩きをする子など、様々な成長を見せてくれる0歳児さん。一人ひとりの発達を大切に、安心して園生活が送れるように努めていきます。