

# 8月のあいあいだより

あいあい保育園  
2016年7月29日



# 8月の行事予定



## 暑中お見舞い申し上げます。

お日様がきらきら照りつける夏！今年も？猛暑！！毎日が暑くてくたくたですね。皆さんも体調にはくれぐれも気をつけてこの夏を乗り切りましょう。しかし、子どもたちは暑さもどこへやら、大好きなプールに大はしゃぎです。水を得た魚のようにとはこのことですね。ちょっぴり怖がっていた子どもたちも随分なれてきましたよ。年長児は泳ぐ！という目標に向かってみんなで努力をしています。この夏プールをはじめ色々な水遊び、夏ならではの遊びが満喫できるようにしていきたいと思います。また、オリンピック（リオ）や甲子園と、この夏も盛り上がりそうです。そして、たくさんの感動に熱くなりそうで楽しみです。みんなで応援しましょう！！

さて、今年は熱中症になる人が多いようです。しんどいなと感じたら早めに休息をとったり、水分補給をしたりしましょう！！塩あめなど携帯しておくといいですね。

保育士も夏の休みを交替で取らせていただきます。何かとご迷惑をおかけすることもあるかもしれませんが、精一杯連絡を密にして頑張りますのでご協力を頂き事故のないよう、楽しい夏の思い出を作りたいと思います。



## 子育てのヒント

## 7月の目標

質の良い睡眠とは深くぐっすり眠ることではありません。テレビが見たい！ゲームしたい！まだ眠たくない！…つい寝るのが遅くなってしまつて家庭も多いと思いますが、レム睡眠とノンレム睡眠の両方を交互にリズム良くとれるかどうかの方が重要なようですよ。

※浅い眠り…レム睡眠、深い眠り…ノンレム睡眠

### 質の良い睡眠



### 7月の目標 大人が遊びところを取り戻そう

3歳S君が今、牛乳パックで色々作るのがお楽しみ！最初はS君が作っていたのですが、母も負けじと一緒に参加。きつたり張ったりS君よりも母のほうが一生懸命だったとか・・・船を作って水に浮かべたりと楽しみいっぱいですね。パパは横で牛乳パックをリサイクル用にしたりとか・・・家族でそんな時間があるなんて素敵ですね。

### 8月の目標 質の良い睡眠と絵本の読み聞かせ

子どもは8時間の睡眠が必要と言われています。登園してくるときや朝の活動の時に、ボーっとしている子どもの姿も見られます。その原因は睡眠が足りていないからではないかと思えます。朝元気に登園する！お友だちと一緒に元気に遊ぶ！暑い夏を元気に乗り越える。そうするためには睡眠がとても大切になってきます。できるだけ夜9時には寝るように心がけましょう。でもなかなか寝ないのよね～！という方も多いと思います。そこで今話題の絵本を紹介します。（もう知っている方もいると思いますが・・・）「お休み、ロジャー」という本です。この本は注意書きに車の中では読まないでください。とあります。運転手さんが眠くなるからでしょうか？私も2ページ読んだらあくびの連発でした。お試ください。また、皆さんの色々な方法、工夫したことなど聞かせてください。本を試してみてものかんそうでもいいですよ！

日	月	火	水	木	金	土
	1 	2	3	4	5	6
7	8 ちまち 	9 B&G (Pm)	10 おもちゃの病院	11 山の日	12 	13 お盆
14	15 お盆	16 	17 B&G (am)	18 移動図書	19 プール納め お楽しみ会	20 プール片付け
21	22 英語 うらら	23 誕生日会	24 保育体験 B&G (am)	25 音楽指導	26 避難訓練	27
28	29 サッカー教室	30	31 身体計測			

### 9月の予定

17日 おじいちゃんおばあちゃんのお会もお楽しみに！

26日 保育体験

### 10月の予定

1日 運動会、  
15日 旭川荘でのマーチング出演 4・5歳児

## 8月生まれのおともだち

お誕生日おめでとう！！

- |                 |                 |
|-----------------|-----------------|
| 8/8 加藤しょうくん 4歳  | 8/9 松尾はるきくん 3歳  |
| /14 島田やえちゃん 2歳  | 15 京谷ひまわりさん 5歳  |
| /19 那須たかとくん 4歳  | /20 小橋そうたくん 2歳  |
| /26 畑中さやかちゃん 3歳 | /27 小岩井つぼひくん 5歳 |
| /28 大西はづきさん 6歳  |                 |

試して見て  
くださいね



- ☆各クラス交代でプールに入ります。9時までに登園をし、落ち着いて身支度ができるようにしましょう。毎日大変だと思いますが、プールのための（カード記入、爪切り、検温、水着、帽子、着替えなど）準備をよろしくお願いいたします。
- ☆各地域でラジオ体操が始まっていると思います。地域のお兄さん、お姉さんとふれ合いがもてる良い機会だと思うので、できるだけ参加してみてください。特に就学前の年長さんは小学校から始まるので参加してみるとよいでしょう。
- ☆土曜保育、その他家族旅行などで欠席の連絡は早めにしていただくと助かります。
- ☆敬老会については別紙でお便りを配布します。
- ☆お盆はおうちでも色々なことがあると思います。先祖に感謝できる時でもありますのでそんなことも子どもたちに話して頂くといいかもしれませんね。

## おねがい

