



# たいとうこども園だより

## 令和2年度 7月号

第76号

台東区立たいとうこども園

園長 池田美恵子

新型コロナウイルス感染拡大の影響により、登園自粛、分散登園を行ってまいりましたが、ようやく7月より通常保育が始まります。保護者の皆さまにとっても過去に経験がないことであり、人との接触機会を極力減らすなど、普段の生活自体にも大きな影響を及ぼすものであったことから、この自粛期間は心身ともに本当にお疲れになったことと思います。子供たちが園生活のリズムに慣れ、仲良く元気に楽しく過ごし、遊びを通して学びあい、協力しあい、豊かな体験が送れるようにと願っています。

今後の教育保育においても手洗い、除菌、消毒をはじめ“新しい生活様式”をベースとし、子供たちにとっても保護者の皆さまにとっても安全・安心で過ごせる環境となるよう努めていきたいと思っております。

今までに経験のない事態ですが、園としても職員一同出来ることを行っていきます。また、新型コロナウイルスだけでなく、この時期特有の感染症や熱中症対策など、子供たちの健康管理、安全対策には十分気を付けていきたいと考えております。引き続きご協力をお願いいたします。

### <活動の配慮>

行事全てを一律に中止するのではなく、日常の教育保育活動で出来る限りの配慮をし、実施できるよう努めていきたいと思っております。

#### <誕生会>

従来よりお子様の誕生月に保護者の保育参加を受入れ全園児と一緒に祝いする方式を実施してまいりましたが、今年度は合同で実施する方式を中止します。

➡ クラスごとに誕生児のお祝いをします。

#### <プール活動>

プール前健康診断の未実施に加え、入水時や着替え時にソーシャルディスタンスを保つことが困難な為、中止とします。

➡ 水を使った遊びを充実していきます。

#### <特別活動>

スポーツプロジェクト・異文化交流・体育指導・杉アート・ナオアート・ダンス等の講師による活動

##### [1] 園内での活動の配慮事項

- ・空調を活用しながら換気ができる空間であること
- ・20名以内で行うこと
- ・道具、遊具、教材はなるべく共有しないこと
- ・講師、保育教諭の話を聞く場面や活動時には1人ひとりの間隔にゆとりをもって、座れるようにすること
- ・なるべく対面にならず、設定すること
- ・講師が来園する際には、講師の健康面の確認も必ず行う

##### [2] 園外施設を活用したものは中止とします。

例：スポーツプロジェクトの活動でスポーツセンターを借りて実施する等

### 7月生まれのお友達

★おたんじょうび おめでとうございます★

ホームページでの公開は差し控えさせていただきます。

## 7月の掲示板

### < 7月の予定 >

日	曜	行事
1	水	預かり保育開始 (3,4,5 歳児) 身体測定 (5 歳児)
2	木	身体測定 (4 歳児)
3	金	身体測定 (3 歳児)
4	土	
5	日	
6	月	ダンス (4 歳児) 写真販売業者 日常保育撮影日
7	火	七夕
8	水	
9	木	
10	金	
11	土	避難訓練
12	日	
13	月	
14	火	身体測定 (乳児) 0 歳児健康診断 (未定)
15	水	体育指導 (5 歳児)
16	木	
17	金	1 学期終業式 (3,4,5 歳児) 写真販売業者 日常保育撮影日
18	土	
19	日	
20	月	夏季休業開始 (短時間児) ※~8/31まで 個人面談 (3,4,5 歳児) ※~7/30まで
21	火	
22	水	
23	木	海の日
24	金	スポーツの日
25	土	
26	日	
27	月	
28	火	
29	水	
30	木	すくすく広場→中止
31	金	

### < 園Tシャツの贈呈について >

東京児童協会では全園児を対象に、法人のロゴマークが入った園Tシャツを作成しました。特別活動がある日や日常の園生活でお使いください。全園児が同じTシャツを持っているため、必ずご記名ください。サイズの交換がある場合には、お伝えください。

※交換の際にはお時間をいただきます。

### < 集金について >

毎月各種の集金をさせていただきます。

#### ◎集金方法

集金日に玄関にて集金いたします。指定の封筒にお釣りのないよう、ご用意ください。

#### ≪全園児≫

##### ①PTA会費

⇒1 学期分は徴収いたしません。

2 学期以降の集金については、後日 PTA よりお知らせいたします。

#### ≪長時間児≫

##### ①延長保育料 (7 月分) ※対象者のみ

⇒7 月 28 日 (火)、29 日 (水)

##### ②スポット延長保育料 (6 月実績) ※対象者のみ

⇒7 月 6 日 (月) まで

#### ≪短時間児≫

##### ①預かり保育料 ※対象者のみ

⇒実施していないため徴収いたしません。

#### ≪3・4・5 歳児クラス≫

##### ①教材費

⇒1 学期は休園及び自粛だったため

4~8 月分は徴収いたしません。

### < 夏休み期間中の連絡について >

大きな病気、怪我、事故、ご相談などがありましたらすぐにご連絡ください。

[問合せ先] 台東区立たいとうこども園  
[開園時間] 7:15 ~ 19:15  
[TEL] 03-3876-3401  
[FAX] 03-3876-3402

### < 8月予定 >

4 日 (火)	身体測定 (5 歳児)	17 日 (月)	個人面談 (乳児)
5 日 (水)	身体測定 (4 歳児)		※~ 8/31 まで
6 日 (木)	身体測定 (3 歳児)	19 日 (水)	避難訓練
11 日 (木)	身体測定 (乳児)	26 日 (水)	夏季登園日 (短時間児)
		31 日 (月)	夏季休業終了 (短時間児)





## 看護師より



暑い日が続くようになり、熱中症が心配な時期となりました。身体が暑さに慣れていない梅雨明けや急激に気温が上がった日は特に注意が必要です。

### 【6月 感染症報告】

突発性発疹 1名

### 【熱中症を防ぎましょう】

熱中症とは強い直射日光にさらされたり、気温の高い場所に長時間いたため体温を一定に保とうとする体温調整が働かなくなってしまう身体に熱がこもった状態です。

#### ●熱中症の予防

##### 水分補給する

喉が渇いていなくても、定期的に水分を摂りましょう。

糖分の多い飲み物はとりすぎると食欲が落ち体力低下になります。

ジュース、スポーツドリンクは、薄めて飲むなど注意しましょう。

##### 睡眠環境を快適に保つ

通気性や吸水性の良い寝具を使ったり、エアコンや扇風機を適度を使って睡眠環境を整え、寝ている間の熱中症を防ぐと同時に、日々ぐっすり眠りましょう。

##### 丈夫な身体をつくる

バランスのよい食事やしっきりとした睡眠をとり、丈夫な身体をつくりましょう。

##### マスクは必要時に着ける

密接・密着・密集でない場所ではマスクを外して、涼しい空気を取り入れましょう。特にお子さんのマスク着用は、危険を伴うことがあります。

#### ●熱中症が疑われる症状

顔が赤い、多量の汗をかく

#### ●熱中症が疑われるときには…

- ・涼しいところで休ませる
- ・衣服をゆるめる
- ・水分補給…少量の塩分が入ったイオン飲料がおすすめです
- ・身体を冷やす…首の後ろ、わきの下、足のつけねなどを冷やすのが効果的です

### 【こども園からのお願い】



- ・お預かりするお子さんの検温だけでなく、送迎者の方も検温するようお願いいたします。37.5℃ある場合には、園内には入ることはお控えください。
- ・発熱や咳などの症状のある場合は登園をお控えください。喘息、花粉症の症状がある場合の判断は、保護者の方にお任せします。事前にお知らせください。
- ・お子さんの体調の変化に気付いたら、お知らせいたしますので1時間以内をめやすにお迎えをお願いいたします。
- ・口腔内の清潔を保つため、歯みがきの習慣をお願いします。こども園では、歯ブラシを清潔に管理することが困難なため、食後はうがいをしています。

### 【虫よけ対策について】

- ・虫よけ対策は、各ご家庭でおこなって登園してください。
- ・清拭やシャワーの後など 午後の戸外活動の時には「KINCHO お肌の虫よけプレシャワーDF ミスト」を使用します。





## 栄養士より



# 夏の暑さに負けないために



### ◎水分をこまめに補給しましょう



子どもは、大人に比べて新陳代謝が活発です。そのため、熱中症や脱水症状にかかりやすいです。また言葉で状態をうまく伝えられないため、大人がしっかり観察することが大切です。喉の渇きを感じる前の「早め・こまめ」の水分補給を心掛けましょう。喉が渇いた時には、すでに脱水が始まっています。少ない量でもこまめに水分を摂るようにしましょう。外出や就寝前は、コップ1杯の水分を補給するとよいでしょう。

### ◎夏野菜を食べよう

夏が旬の野菜には、水分が多く含まれています。野菜や果物からは、水分だけでなく汗で失われたミネラルも補うことができます。過剰な摂取に気を付けながら、食事に取り入れてみましょう。

### ◎栄養バランスのいい食事をとりましょう

食事は、私たちが生活する上で毎日繰り返される大切なものです。大人も子どもも健やかな心身のためにご家庭でも「まごはやさしい」を取り入れてみてはいかがでしょうか？「まごにやさしい」とは、健康な食生活に役立つ和の食材の最初の文字を覚えやすく言い変えたものです。どれも簡単に手に入る優れた栄養素を備えた昔からある食材ばかりです。

ま…豆類	<u>生活習慣病予防</u>	「畑の肉」といわれる大豆は良質なタンパク質、ミネラルが豊富	
ご…ごま	<u>コレステロールダウン</u>	タンパク質、脂質、ミネラルが豊富	
は…わかめ	<u>老化予防</u>	各種ミネラルをバランスよく含み、 新陳代謝を活発にして体の抵抗力を高める	
や…野菜	<u>皮膚や粘膜の抵抗力強化</u>	人参に含まれるβカロテンは体内で必要な分だけビタミンAに変わり、抵抗力を維持する	
さ…魚	<u>疲労回復</u>	鱈は、DHA やEPA、タウリンが豊富で血中のコレステロールを減らし疲労回復の効果がある	
し…しいたけ	<u>骨を丈夫にする</u>	しいたけ(キノコ類)は、カルシウムの吸収を助ける ビタミンDが豊富	
い…いも	<u>美容効果</u>	ビタミンC やビタミンE が豊富で美肌作りに最適	

## 7月7日『七夕』



七夕には、そうめんを食べる風習があります。食事にそうめんを出す場合、お子さんと一緒に具材の飾りつけをしてみてもいかがでしょうか？にんじんやチーズなどを星形にぬいたり、オクラを飾ったりすることで、天の川のようになります。かき氷のシロップでゼリーを作り、アラザンを飾った天の川ゼリー作りも手軽にできておすすめです。

## 7月のテーマ野菜『トマト』

トマトには、リコピンが豊富です。夏の疲れがたまった身体を回復させてくれる効果があります。

トマトが苦手なお子さんも多いかと思いますが、フルーツトマトであれば甘くて、食べやすいため、ぜひ試してみてもいかがでしょうか。

