



# がつ 8月 げんきっこだより



こども未来局  
保育・子育て推進部

令和7年8月1日 中有馬保育園

暑い夏が続いていますね。そんな中でも8月は、ご家庭で楽しいことを計画されている方も多いのではないのでしょうか。保育園でも子どもたちは元気いっぱい！プールや水遊びに歓声を上げたり、新たな発見をしたりしてお友達と楽しんでます。暑さ指数を確認しながら戸外遊びと室内遊び、そして休息のバランスをとり、この夏を乗り切りたいと思います。

## 《おねがい》

～こどもンについて再度のお願い～



★これまでの、登降園時にコードモン打刻の二次元コードを忘れてしまった場合や、タブレットの不具合で打刻ができなかった場合には、青いファイルにお名前と時間を記入していただきましたが、現在は打刻ができなかった場合は、必ず職員にその旨をお伝えいただいております。または、コードモンの「連絡」→「その他」から登降園時間をお知らせください。

★お休みの予定はわかり次第コードモン入力をお願いします。

★コードモンで欠席や遅刻の連絡は8時30分までお願いいたします。事前にお休みする場合（当日も）は、コードモンに欠席をいれてください。

★お迎え時間が変更になる場合は、必ず連絡をしてください。コードモンには17時まで、それ以降や急ぎのお迎えなどは電話でお願いします。

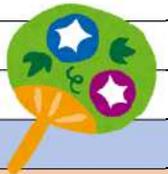
★お子さんに発熱や発疹など感染症の疑いのある症状が見られた時には、受診し主治医の指示を確認してください。

## 《お知らせ》

\*看護実習生が入ります。  
1名 8月18日～20日  
よろしくおねがいします。

\*8月7日（木）に害虫駆除を予定しています。  
業者が来て各クラスに散布します。人体には害のない薬ですが、気になる方は衣類を袋にいれる等対応をお願いします。

日	曜日	《8月の予定》
1	金	
2	土	
3	日	
4	月	
5	火	
6	水	
7	木	害虫駆除
8	金	
9	土	
10	日	
11	月	山の白
12	火	
13	水	
14	木	
15	金	
16	土	
17	日	
18	月	
19	火	
20	水	
21	木	
22	金	園医健診
23	土	
24	日	
25	月	
26	火	
27	水	
28	木	プールじまい
29	金	
30	土	
31	日	



- 感染症の状況により、行事などの日程や実施方法が変更になることがあります。
- 身体測定、防災訓練は毎月行います。

# はったつどうだんしえんこーでいねーたーしょうかい 発達相談支援コーディネーターの紹介

わたしたちは、子育てを頑張っている  
パパやママの応援団です！

こーでいねーたーしょうかい  
コーディネーター紹介… 伊積陽子 すずき 鈴木ます美 こばやしあきこ いちかわちはる よしとみ 吉富はるか えんどう 遠藤しおり

子ども達には、一人一人に様々な個性があります。私たちがコーディネーターは、その個性を大切に子ども達が安心して過ごすためにはどうしたらいいかを担任と共に考えていきます。

家庭で育児をしていく中で、「あの子と比べてうちの子は…」 「うちの子は、これでいいのかしら？」と、周りと比べてしまったり、少し不安になることがあるかもしれません。

心配があふれて心が苦しくなってしまう前に、ぜひコーディネーターに直接ご相談ください。

玄関に設置してあるすまいる・ポストを活用して、お悩みを入れていただいても構いません。



7月にコーディネーター主催で  
「すまいるタイム」を開催しました。  
家庭のこと、我が子のこと、愚痴や悩みなど、  
いろんな話で盛り上がり、  
「子育てを頑張る応援団の輪」が  
広がっていくのを感じました。  
また秋に、第二弾を予定しておりますので、  
是非ご参加ください♪



なかありまほいくえん ほいくし かんごし えいようし  
中有馬保育園では保育士・看護師・栄養士が  
いっしょ さんしやれんけいしゅうかい おこな  
一緒に「三者連携集会」を行っています♪

ありほにくん



6・7月に3、4、5歳児クラスを対象に三者連携集会を行いました。「三者」とは保育士・看護師・栄養士のことで、それぞれの専門性を活かし、子どもたちが健やかな生活を送れるように、また、園内の看護師・栄養士に親しみを持てるような集会を行っています。今年は、中有馬保育園の子どもたちの健康を一緒に考える「ありほにくん」が集会に毎回登場して、楽しい寸劇で盛り上げています。9月は3、4、5歳児を対象に「生活リズム」について、11月は「病気から身を守ろう」をテーマに集会を行います。また、1・2歳児を対象に「食事や手洗い」についての集会も予定しています。

集会の内容は、玄関にドキュメンテーションとして掲示をしています。送迎時にどんなお話だったか子どもたちと一緒に見てもらうことで「自分の健康」について親子で考えるきっかけになればいいなと思います！



# ほけんだより

みらいきょく  
こども未来局  
ほいく こそだ すいしんぶ  
保育・子育て推進部

れいわ ねん がつ たち  
令和7年8月1日  
なかりまほいくえん  
中野馬保育園

あつ ひ つつ しょくよく すいみんぷそく たいちよう くす  
暑い日が続くと食欲がなくなったり、睡眠不足になりがちで体調を崩しやすくなります。  
はやねはやお かつどう きゅうそく ばらんす せいかつり すむ たも こころ  
早寝早起きをして活動と休息のバランスをとり、よい生活リズムを保つように心がけ  
ましょう。

## ねっちゅうしょう ちゅうい 熱中症に注意！！



ひかげ すず  
なるべく日影の涼しい  
ばしょ えらび  
場所を選びましょう



きゅうそく すいぶんほきゅう  
休息と水分補給を  
こまめにとりましょう



ふくそう あせ す  
服装は汗を吸いやす  
いもの、服の中がむれ  
にくいものにしまし  
よう



ぼうし かなら  
帽子を必ずかぶり、  
つばの広いものを  
えら  
選びましょう

### かてい であて 家庭での手当

- 涼しい場所に寝かせ、衣服をゆるめる
- 少量の水分を回数多くのませる
- 湿らせたタオルで身体を拭き、扇風機を使ったり、うちわであおぐ
- 首やわきの下、足の付け根に冷たいタオルを当てて、身体を冷やす（外出先では、冷たいジュースをはさんで手当するのも効果的）

### こんな時は、すぐに医療機関へ

- 唇が乾いている
  - おしっこが少ない
  - 顔色が悪く、呼びかけに返答がない
  - 体温が40℃を超えている
  - けいれんを起こした
- きゅうきゅういりょうじょうほうせんたー  
救急医療情報センター：044-739-1919

くこどもはあせ  
汗っかき>  
あつ きせつ きが かいすう ふん しだぎ きが つね まいていどじゅんひ ねが  
暑い季節はいつもより着替えの回数が増えるので下着や着替えは常に3～4枚程度準備をお願いします。  
またこどもはひびせいちよう びせいちよう どの間にか服が小さくなっていませんか？キツイ服は動きを妨  
げ遊びに集中できなったり、怪我に繋がったりすることもあるのでサイズの確認もお願いします。

7月の感染症：溶連菌感染症、ヘルパンギーナ、手足口病、伝染性紅斑  
8月の園医健診：22日（金） 0, 1歳児クラス、途中入園児、健診未受診児



イラスト出典：メイト

# 8がつ きゅうしょくだより

こども未来局  
保育・子育て推進部

令和7年8月 中有馬保育園



## ●とうもろこし

食物繊維がたくさん含まれているので腸内環境を整えてくれます。

また、さっぱりとした甘さで食べやすく、夏バテ予防にもなる食材です。

今月は焼きとうもろこし、サラダや汁物に使用します。



●暑い夏でも食べやすいように、香味野菜を使った「サマースパゲティ」や、冷たく口当たりの良い冷たい「ひまわり羹」を献立に取り入れました。

●みんな美味しい！郷土の味レシピコンテスト【市制100周年記念事業】おかず部門にてアイデア賞を受賞した作品を献立に取り入れました。

## 夏本番！上手に水分を補給しましょう



### 水分はなぜ大切なの？

水分は体温調節をしたり、栄養を運んだり、老廃物を排出したりするときに必要です。大人は体の60%、子どもは体の80%が水分です。子どもは水分不足を起こしやすいのでこまめに水分をとることが大切です！

### 何を飲めばいいの？

水や麦茶など甘くない飲み物が良いです。甘い飲み物やスポーツ飲料は糖分が多く、日常的に飲んでいると食欲を減退させて食事を十分にとれなくなってしまう。また熱中症には水分と塩分補給とよく言われますが、ごはんをしっかり食べていればプラスしてたくさん塩分をとる必要はありません。激しい運動などで汗をたくさんかいて過度に体の水分・塩分が減っている場合のみ塩分も補給し、普段はしっかり水分・食事・睡眠をとることが基本です。

## 夏野菜の調理のコツ

苦手な子どもも多い夏野菜・・・  
保育園の給食で実践している工夫を紹介します♪

### ★なす

皮の食感が苦手なことが多いので、皮をピーラーでしましまに剥くと食べやすいです。



### ★ピーマン

ごま油で炒めたり、おかかで和えたり、香りのよい食材を使って苦味を感じにくいように工夫しています。

