



令和5年 子育て支援だより

# じゃんけんポン



士幌町認定こども園  
幼児教育課 子育て支援係  
士幌町字士幌西1線172  
TEL 5-2364

6月は、気温の低い日など天気の落ち着かない日が多かった様に感じます。7月は夏らしい気持ちの良い日が増える  
と良いですね。「夏」といえば、プール遊び？ 水遊び？ 花火？ 他にもいろいろ楽しみなことがありますので、  
体調管理に気を付けながら、たくさん戸外に出て楽しめる日が多くあるとよいですね。

## 🌸🌸🌸🌸🌸 7月子育てカレンダー 🌸🌸🌸🌸🌸

月	火	水	木	金
3 ちびっこ広場 9:30~11:30	4	5 のびのびの日 9:30~11:30	6	7
10 ちびっこ広場 9:30~11:30	11 キッズ・クラブ 10:00~11:30	12 のびのびの日 9:30~11:30	13	14 わんぱくの日 9:30~11:30
17 海の日	18	19 のびのびの日 9:30~11:30	20	21 おひさまの日 9:30~11:30
24 ちびっこ広場 9:30~11:30	25	26 のびのびの日 9:30~11:30	27	28
31 ちびっこ広場 9:30~11:30				

## 🐻 今月のせいさく 🐻

7月24日（月）の  
ちびっこ広場では  
シール貼りをして、  
「花火」を作ります。



出来上がるとクルクル回  
せます！

## 👧 あそびにきてね 🐻

- ★ちびっこ広場★  
・自由遊びの後、絵本や紙芝居や読み聞かせ、月末には制作をします。
- ★のびのびの日★  
(中士幌センターと合同)  
・自由遊びの後、手遊びをして遊びます。
- ★わんぱくの日★  
(中士幌センターと合同)  
・こども園の広いお遊戯室で遊びます。
- ★おひさまの日★  
・自由遊びの後、親子ふれあい遊びなどを行います。

★園行事のお知らせ★  
7月5日（水）春の交通安全教室（園児のみ対象）  
※園の北側駐車場が9:00~11:00まで  
使用できなくなります。

◆◆おねがい◆◆

- 感染症対策として次の点にご協力ください。
- ・体調不良、風邪症状（発熱・鼻水・咳・下痢等）が見られるお子さん、保護者の方の利用は控えてください。
- ・水分補給が必要な方は、飲み物を持参してください。

子育て相談について  
電話や来園による子育ての不安や悩みの相談を行っています。1人で悩まずにお気軽にご相談ください。  
受付時間 月～金曜日 午前9時～午後5時まで  
相談専用電話 5-2502



## 遊びで食具のトレーニング!?

「スプーンやフォークをもっと上手に使ってほしいな、でも食事は楽しく食べたいし…」  
そんな時に、こんな遊びはいかがですか?手芸売り場などにある、”ポンポン”をおままごとのおかずに見立てて「どうぞ」「ありがとう」などおしゃべりしながら遊ぶと、自然に食具の練習になります。気が向いたときに無理なく楽しめるといいですね。



## 知っておきたい 熱中症対策について



子どもは自分の体調の変化を訴えられないことがあります。屋外ですっと遊んでいると、その楽しさに夢中になってしまい、身体に異変が起きていても気づかないことが多くありますので、周囲の大人が気をつけてあげましょう。

### こまめな水分補給を心がけましょう

子どもは体温調節の機能がまだ、未熟です。大量に汗をかくと脱水症状を起こし、熱中症の原因にもなります。「喉が渴いた」と思ったときには、もうすでにかなり水分が失われているので、喉が渴く前に少しずつ水分と塩分を補給させましょう。電解質などが含まれたイオン飲料が望ましいです。

### こんな時は余分に水分補給

- 顔が赤い
- 汗をたくさんかいている
- 運動量の多い遊びでたくさん体を動かした
- おしっこの回数が少なかったり、色が濃い



### 照り返しの影響を受けやすい

子どもは身長が低いため、地面やアスファルトの照り返しの熱をまともに受けてしまいます。そのため、常に大人より高温下にいることとなります。風通しのよい服装で、外出する時間を短くする、日差しが強い時間をさけるなどしましょう。

### 熱中症になってしまった時の応急処置

- わきの下や首すじ、足の付け根などを氷で冷やす
- 冷たい濡れタオルで身体を拭く
- 風を送る
- 涼しい場所に寝かせる
- 少しでも意識状態がおかしければ救急車