



2025年8月28日  
社会福祉法人からしだね  
足立区立青井保育園  
すいか組担任

今年の夏は猛暑日続きでしたね。暑すぎて体調も崩しやすい時期ですが、すいか組の子ども達は毎日元気いっぱい「今日もプールだ!」と張り切っています。そろそろ疲れが出てくる頃なので、楽しくプールで遊んだ後はしっかり休息も取りながら体調を整えていこうと思います。



## ~今月の保育のまなざし~ 健康



### 7月 夏の過ごし方を考えよう 8月 夏の遊びを楽しもう

“暑い夏を元気に過ごすにはどうしたらいいのか?” 子ども達に投げかけ、一緒に考え、実践していくことで暑さに負けない体づくりを心掛けてきました。毎日のプールを楽しみ、泳ぐのもメキメキ上達しています。園ではプール、お家では家族での楽しい思い出もいっぱいの子供達。ひと夏でグンと一回り成長したように感じます。



#### ☆暑い夏はどうしたら元気に過ごせるのか?☆

7月のプール開きの日からプールに入れるほど7月からずっと暑い日が続いています。「夏は外にも行けない、暑くて食事も食べたくない、暑くてよく眠れないことがあるよね?」と子ども達に話してみた時、子ども達も思い当たることがあるのか“うんうん”と頷いていました。このようなことが続いてしまうとどうなるか問いかけてみると「具合が悪くなる」「熱中症になっちゃう」と良くないことは十分感じていました。そこで“夏はどうしたら元気に過ごせるか?”を一緒に考えていきました。たくさん意見が出ていく中で、体を動かさないとお腹も空かない→食べないと元気がならない。暑い日に体をたくさん動かすと汗もかくし疲れる→体を休める、水分を摂る。と話がまとまっていきました。最終的に夏を元気に過ごすために大事な約束としてみんなで確認したことは、①プールなどで体を動かす ②しっかりご飯を食べる(朝食も含め) ③体を動かした後は休息もしっかりとる です。この約束を実践中のすいか組の子ども達は毎日プールで体を動かし、たくさんご飯を食べ、休息もしっかりとり元気に過ごせています。

#### ☆プール大好き!!☆



すいか組の子ども達はプールが大好きです。7月初めは顔を水面につけるのは苦手な人もいましたが、今となっては克服してきています。プールは気持ちが良いと楽しってもらうのが一番なのですが、それと同時に危険でもあると子ども達には伝えてきました。ほとんどの子が潜れるようになってきた今、潜る時間は5秒までとしており、5秒と伝えることで子ども達も意識してくれています。以前よりも泳ぐことに夢中になっているすいかさん。最近はビート板を使わずに蹴伸びで進んで行ったり、ビート板を使いラッコ泳ぎ(背泳ぎ)も楽しんでます。日々成長を見せてくれる子ども達は、できるようになったことが嬉しくて毎日が披露会です。碁石拾いも海女さんのように碁石を探しています。水への恐怖心よりも楽しさが上回っている今が一番危ない時期とも感じています。担任二人で子ども達の様子を見守りながら、テンションが上がりすぎている子、力を過信して潜っている子には声掛けをして本人にも危険を伝えていきます。プールの時期はあと少し続きますが、子ども達と安全に楽しく過ごしていきたいです。そして、プール最後にはこの夏のプールでできるようになったことを一人ずつ披露してもらいたいと思っています。

これからも暑い日はしばらく続くので、子どもたち自身でも健康や安全を心掛けていく力を育てていこうと一緒に考える時間を作りながら、自分の体を大切に過ごしていってほしいと思っています。



## 《すいかぐみ収穫祭》

すいか組で育ててきた野菜が収穫の時期を迎えました。残念ながらトマトは花まで咲いたのですが実をつけることはありませんでした。まず最初に収穫できたのは小松菜でした。食べてみての感想は「苦い…」が多かったです。そして何度も収穫できたのはナスでした。ナスも好みが分かれている野菜ですが、美味しいと好評だったのはソテーでおかわりもしていました。一番人気だったのは枝豆で、ムシャムシャ食べていましたが皮ごと口に入れている子もいてビックリ！皮つきの枝豆を食べるのが初めての子もいて探り探り枝豆を出していました。

(実はすいかさん達はトウモロコシの食べ方もぎこちないです。)

種まき・苗植えから始まった野菜作り。当番制の水やり、収穫を経験し野菜を身近に感じられたのではと感じます。本当はピザを作りたかったのですが、収穫時期が合わずに実現できませんでした。別の機会に調理保育を考えていこうと思っています。



### \*\* 8月のクラス目標 \*\*

- ・活動と休憩のバランスを取りながら元気に過ごす
- ・夏ならではの遊びを存分に楽しむ
- ・ルールの大切さについて考え、守ろうとする

### \*\* 9月のクラス目標 \*\*

- ・休息をとる、衣服を調節する等をしながらか健康・快適に過ごす
- ・自分なりに目的を持ち、いろいろな遊びに挑戦し、達成感や充実感を味わう
- ・友だちと互いに思いや考えを出し合い、力を合わせて遊びを進めようとする



## ～お知らせ～

### 戸外活動の際、虫よけスプレーを使用することになりました。

暑さが和らぎ、戸外活動ができるようになったタイミングで、戸外に出る前に、子どもたちの手足（露出している部分）に虫よけを塗ることになりました。お子さんの身体に影響がないよう手作りの虫よけを使用する予定です。各クラスにサンプルを用意しています。成分等、詳しい内容も記載していますのでご確認をお願いします。

**ご確認頂いた上で、使用を避けたい場合は担任までお申し出ください。**

## 《 担任より 》

\* サランラップの芯を集めていたましたが、無事に予定数が集まりました。皆さんご協力ありがとうございました。

\* 9月のプールですが、まだ残暑が続きます。その日の天候によって入水しますので引き続き、プールバック、水着、ラップタオル、健康カードは毎日、お持ちくださいますようお願いいたします。

\* 子ども達とも確認をしていますが、爪はご家庭でもこまめに確認をしていただき、短くしておいて下さい。ご協力をお願いいたします。

