

8月

ひなたぼっこ



令和8年8月1日
 ちゃいるどベース IDEKITA
 園長 甲斐英哉

毎日暑い日が続き、いよいよ夏も本番ですね。子どもたちはすぐに水とお友だちになり、元気いっぱい遊んで、暑さを吹き飛ばす勢いで笑い声がテラスいっぱいに響いていますよ！
 私たち職員も子どもたちの元気に遊ぶ姿に暑さを忘れて笑顔になります。
 水分補給や休息など熱中症対策を行いながら、暑い夏を元気に楽しく過ごしていきたいと思います。

8月の健診日

- 7 か月児健康相談…25日(火)
- 1歳6か月児健診…6日(木)・27 日(木)
- 2歳6か月児歯科健診…19日(水)
- 3歳6か月児健診…5日(水)・26日(水)

☆大切な健診です。必ず受けましょう。

～絵本の紹介～

「こぐまちゃんのみずあそび」

作 わかやまけん

こぐまちゃんがお庭で水遊び。
 じょうろやホースでダイナミックに遊んで泥んこになってしまいます…。子どもらしい発想の遊びが描かれた絵本です。



フール開きが行われました☆
 元気に安全に遊べますように…



ひよこさん大人気の新聞紙フール♪
 お友だちと遊ぶ楽しさを感じています



初めてのキーボード演奏♪
 ピアニストみたいでしょ？



朝顔の観察が日課です。
 何色が咲くかなあ～



みんなの願いが
 叶いますように☆



足湯ならぬ足水??
 とても気持ち良かったよ



噴水に大はしゃぎ！
 夏を全身で楽しんでいます

お知らせ・おわがい

汗をかき着替えをすることが多い季節です。
 自分で着脱しやすい洋服を多めに持たせて下さい。

今月の保育料の引き落としは

8月25日(火)です。

前日までに確認をお願いします。

子どもの便秘に悩んでいませんか？

排便の回数が少なかったり、便が出にくい状態になったりしていると便秘と考えます。

目安として、週に3回未満だと便秘が疑われますが、毎日排便があっても、排便するときに痛みがあったり、スッキリとした排便でなかったりする場合は、便秘の可能性があります。

便秘解消法は…??

〈食事を見直そう〉

食物繊維たっぷり：野菜、果物、きのこ、海藻類、豆類、イモ類などを十分に！

具体例：「バナナヨーグルト」「りんごのすりおろし」など

お子さんが食べやすい工夫を凝らしてみてください。

水分をしっかりと：お茶や水、麦茶などをこまめにとりましょう。特に、朝起きた時にコップ1杯の水を飲む習慣付けがおすすめ！

適度な脂質も大切：オリーブオイルを料理に少し加えてみましょう。

〈規則正しい排便習慣をつけよう〉

毎日決まった時間にトイレに座る習慣…特に朝食後がおすすめです。

胃に食べ物が入ると、大腸が動き出す「胃・結腸反射」が起こりやすくなります。

焦らせない、プレッシャーをかけない…トイレに座る時間を5分程度と決め、無理強いせず、できたら褒めてあげることが大切です。

トイレ環境を快適に…足がブラブラしないように足台を用意したり好きなキャラクターのポスターを貼ったり、カラフルな便座カバーにするなど、お子さんが安心できる空間を作ってあげましょう。

〈適度な運動も大切〉

体を動かすことで、腸の動きも活発になります。公園で遊んだりお散歩をしたり、室内でも体を動かす遊びを取り入れましょう。

お子さんのうんちチェックを毎日取り入れてみてはいかがでしょうか？

1		硬い便
2		
3		健康な便
4		
5		
6		軟便
7		

めざすのは「バナナ状のウンチ」

便の形や硬さの理想は、表面がなめらかでやわらかい、いわゆる『バナナ状』の便です。1～3歳のお子さんではおとなから見ると、よい便(バナナ便)であってもそのこどもにとっては「硬い」と感じることもあり、軟便であれば出しやすいと感じたりします。どういう便が出しやすい便なのかそれぞれの子どもによって異なります。

〈子どもたちのキラリ発見！〉

「キラリ」は子どもたちの個性や魅力、才能が輝く瞬間を指します。

その輝きを大切に育んでいきたいです。

毎日たくさんのキラリを発見していますよ☆



☆ひよこぐみのお友だちが寝ていることに気付いたAくん。「し～だよ！」とみんなに伝えてくれました。その優しい姿にほっこりしました。

☆朝離れる際に、「ママがいい」と泣いているお友だちに「ママお迎え来るよ」「一緒に遊ぼうよ」と声をかけたBくん。するとその子が笑顔になりました！お友だちの気持ちに寄り添う姿に感動しました。

～次回の「キラリ」もお楽しみに～

『トイレトレーニング開始のサイン』

おしっこの間隔が1時間以上あくようになった

おしっこ・うんちの後に不快感を示す

簡単な指示を理解して行動できる

自分でパンツやスポンの上げ下

排泄前や後に違和感を覚え、「でた」「ぬれた」と教えてくれるが増える

「じぶんでやりたい」気持ちが強くなりトイレに行くのを楽しむようになる

個人差がありますので、無理せず楽しみながら進められるとよいですね

「発達支援百科」より抜粋