



もっと地域に関わりたい保育を願って

# おひさま

ひまわり広報紙 288号 2026年7・8月号

子どものこと  
何でも相談

Tel 04-2942-8774

受付：月～金 10時～16時

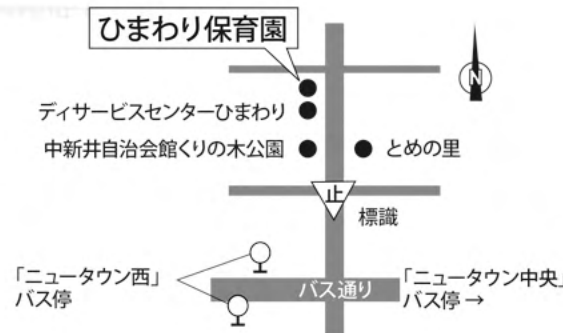
ひまわり保育園 所沢市中新井435 TEL 04-2942-8774



メール



URL



## 水っておもしろい!!

梅雨が明けると、いよいよ夏本番ですね。年々気温が上がっていくので、今年の夏はどかなるのだから...と心配になってしまいが、暑くなると水あそびがたっぷりできるので子ども達は大喜びだと思います。ひまわり保育園でもプールや水あそびが始まりました。水に触れると冷たいいい気持ち! タライやおけに入った水を手のひらでたたくとしぶきがあがったり、ジュウロに水を入れてちょろちょろ出したり、水道をひねれば勢いよく水がジャーと出てきます。水には形がなくて、つかめないのが子どもにとってはとても不思議でおもしろいのかも知れませんね。水が霧中になる水との出会いとあそびをひまわり保育園では大切にしています。水が"知らない"と感じるお子さんももちろんいると思います。無理せず、友達があそんでいる姿を見る時間やちょっと触れることも大切な経験ですね。その経験が"楽しそうだな~" "やってみようかな"という気持ちに繋がっていくと思います。赤ちゃんは、シャワーや沐浴をしたり、おけやタライの水に触れてみる、ビニール袋やジップロックに水を入れて触れるだけでも水の感触を楽しめますよ。園庭での水あそび、プール開放も始まりますので、ぜひあそびにいらしてくださいね。お待ちしております。

## プール開放のおしらせ

ひまわり保育園の園庭に乳児用プール・タライが登場します。親子と一緒に水あそびを楽しみませんか?

☆ 期間 7月14日(火)～8月7日(金)  
8月17日(月)～8月27日(木)

☆ 時間 11:00～11:40 ※土曜日と8/24(月)はお休みです

☆ 朝の時点で外気温が低い場合、又あまりに高い場合はプールは中止となる場合があります。

- ◎ 水着や布パンツを履いて入りましょう。  
(水着、パンツはホモ部分にゴムが入っているか足まわりがぴったりしているものをお預かりします。又、衛生上通常の紙オムツは御遠慮ください。)
- ◎ 大人の方も濡れても良い服装で、水は危ないので、必ずプール内のお子さんの近くについて下さいね。

タライでの水あそびも  
11:00からとなります。

## 夏の過ごし方のポイント

### 熱中症に気をつけよう!

◎ 夏の室温は25～28℃、湿度は50～60%が目安です。  
こまめにチェックしながら時々窓を開けて換気しましょう。

◎ こまめに水分補給をしましょう。(のどが渇いたと感じる前に  
飲むよう心がけると◎) 水分は水や清茶がベストですが清茶には  
ミネラルが入っている為夏の水分補給にはオススメです!  
※ジュースやイオン飲料には糖分が多量に入っているため摂り過ぎには注意しましょう

◎ 外あそびや普段は朝夕の涼しい時間帯にすると  
良いです。外へ出る時は帽子をかぶり、こまめに  
水分を摂りましょう。又、日陰を見つけて上手に活用したり  
いかり休憩することも大切です。

夏は暑さや室内・外との温度差で体は  
思っている以上に疲れています。生活リズムを  
整えること、十分に睡眠をとることも熱中症  
の予防となりますね。

## 夏に多い! 子どもの肌トラブル

夏は汗をたくさんかくので、肌トラブルが起きやすくなってしまいます。こまめにケアをして気持ちよく過ごして  
いけるといいですね。

### あせも・汗かぶれ

汗をたくさんかくことで、汗を出す管が  
詰まると赤みや発疹がでます。  
首まわり、わきの下、肘、膝の裏にできやす  
い。

### オムツかぶれ

オムツを長時間履きすぎると汗、下痢を  
している時に起こりやすいです。夏は  
オムツの中が蒸れやすいため要注意  
です。

### 虫さされ

子どもの肌はデリケートで虫に  
さされると赤く腫れたり、かき  
かいてジクジクしてしまうことも  
あります。虫よけスプレーをしたり、肌の露出の  
少ない服を着るなど対策を  
とるといいです。

☆ 汗をかいたら、こまめにオムツを替えて、シャワーで肌を清潔に保つ事が大切です。  
治らない時は皮膚科を受診しましょう。

☆ 7がっのよてい ☆

| 月         | 火                           | 水                      | 木                | 金                             | 土  | 日  |
|-----------|-----------------------------|------------------------|------------------|-------------------------------|----|----|
|           |                             | 1<br>要予約<br>イベント       | 2<br>0歳<br>あそび会  | 3<br>紙しばい                     | 4  | 5  |
| 6         | 7<br>1.2歳<br>あそび会           | 8<br>要予約<br>離乳食<br>講習会 | 9<br>ベビ<br>マ-マ-ジ | 10<br>紙しばい                    | 11 | 12 |
| 13        | 14<br>1.2歳<br>あそび会<br>お休みの日 | 15<br>要予約<br>お誕生日      | 16               | 17<br>要予約<br>スティールパン<br>コンサート | 18 | 19 |
| 20<br>海の日 | 21                          | 22<br>7階絵              | 23               | 24                            | 25 | 26 |
| 27        | 28<br>すくすくば                 | 29                     | 30               | 31                            |    |    |

7がっのあそび会

- ☆0歳児 (R7.4以降生まれのお子さん)  
7/2(木) 10:00~11:00  
・わらべうた・ふれあいあそび
- ☆1.2歳児 (R5.4~R7.3生まれのお子さん)  
7/7(水) 10:00~11:00  
・セタがごりをつくり  
・外でたくさんあそぼう
- 7/14(水) 10:00~11:00  
・水あそび・泥あそびを楽しく  
11:00すぎからみかんをどうぞ...

ベビーマッサージのおしらせ

日時: 7月9日(木) 10:00~11:00頃まで

講師: 大塚恵子 (モリあね助産院でベビーマッサージや乳児発達のカラダを担当しています。)

持ち物: バスタオル, フェイスタオル, 防水シート  
(おさんは裸にならなくてもいいのでタオルを使ってマッサージをするように使います。)  
レジャーシートでも大丈夫です。

※ 予約はいりません。直接ひまわり保育園にお越しください

7.8月の誕生日会

◎7/22(水), 8/23(金) 10:00~11:00頃  
支援室で誕生日カード作りや身体測定, 手形をとります。  
その後は生まれた日の話をしたり, 絵本を見て一緒に祝いましょう。  
予約はいりませんのでどなたでもお越しください。

☆8月のあそび会と紙しばいやんはお休みです。園庭・室内開放はやってます!

♪ スティールパンをきいてみよう ♪ 要予約

スティールパンの音を聞いて, 親子で楽しませんか?  
素敵な音に自然と体が動いたり, 大人も癒される音色だと思えますよ!!

日時: 7月17日(金) 開場: 9:30 開演: 9:45 終了予定: 10:30頃

場所: ひまわり保育園 ホール どの年齢のお子さんもお越しください

- ※ 定員はありませんが予約をお願いします。
- ※ 駐車場に限りがありますので, できるだけ徒歩か自転車でお越しください。  
車の方は事前に情報をお願いします。

スティールパンってなに?

スティールパンはドラム缶から作られた楽器です。  
トリニダード・トバゴという国で生まれた楽器なんです。  
バチ(マレット)で表面をたたくと「ブーン」「キラキラ〜」  
という感じのキレイな明るい音がします。

オルゴールのよう 南国のようで癒されると感じられる音がたくさんありますね。

親子クッキング おだんご作り 要予約

ころころ丸めて, 本当に食べられるおだんごを作ります。  
親子と一緒に楽しもう!

日時: 7月15日(水) 10:00~12:00

持ち物: お皿, フォークやおはし(親子分)

◎ 8組程度募集しますので予約をお願いします。

離乳食講習会 要予約

保育園でのメニューを食べながら, 離乳食についての聞きたいことや困っていることなど, たぶんお話できたらと思います。ひまわり保育園の栄養士と一緒に, お子さんの食べる様子を見ながらお話しします。

日時: 7月8日(水) 10:30~12:00 ◎3組募集します。

持ち物: いつも使っているスポンジやエプロン

☆ 予約は直接又は電話をお願いします。予約の際は, 今の食事の状況を教えてください。

園庭・室内開放 やっています

保育園で遊んでみませんか? ひまわり保育園には, 地域の親子が遊ぶ子育て支援室(ひろば)というお部屋があります。園庭でも遊ばますのでぜひいらしてください。お待ちしております。

◎ 正面玄関のインターホンを押して「遊びに来ました」とお伝えください。

室内開放 月~金 9:00~12:00 / 14:30~16:30

園庭開放 月~金 9:30~12:00 / 14:30~15:30

土曜日 室内・園庭共に 9:00~12:00

- ◎ 時間内ではお部屋でご飯を食べることもできます。
- ◎ 子育て相談も受け付けています。電話やメールでも相談を受け付けていますのでわからない事や困った事など何でもご相談ください。