



あやめばるこども園
平成30年8月31日

外に出ればまだまだ汗ばむ季節ではありますが、少しずつ心地よい風が感じられるようになりました。プールも終わり、子どもたちは運動会に向けて、かけっこや団技など、たくましく元気に暑中、頑張っています。

こまめに水分補給を行い、子どもたちが無理なく参加できるように私たちも努めていきたいと思ひます。

保育目標

- ☆個々の健康状態を把握し、十分な休息がとれるようにする。
- ☆自分の力を十分に発揮して、運動や遊びに取り組む。

☆おねがい・おしらせ☆

- 前日や朝に体調の変化(発熱、腹痛、嘔吐等)がありましたら、必ず職員にお伝えください。
 - 薬、お金は、必ず職員に手渡してください。
 - 朝ごはんは必ず食べましょう。
 - 9月は、絵本代金2期(4か月分)の納入となっています。
- ☆運動会について

9月8日(土) 一万城地区体育館(雨天決行)

*7:00~準備(全世帯1名)をお願いします。

準備後、場所取りがありますので、シートをお持ちください。
・運動会の練習が始まっています。9時15分までには登園しましょう。
遅くなる時には、連絡をお願いします。

☆確認をお願いします。

- ・運動しやすい服装(女の子もズボンをお願いします)
- ・帽子のゴム ・足に合った靴
- ・髪の毛の長い子は、髪を結んで登園してください。
- ・ゼッケンは縫い付けてください。(ぞう、きりん)



日	曜	行事予定
1	土	
2	日	
3	月	体操教室
4	火	1回目リハーサル
5	水	2回目リハーサル
6	木	体育館リハーサル
7	金	
8	土	運動会
9	日	
10	月	
11	火	身体測定
12	水	
13	木	
14	金	
15	土	菖蒲原地区敬老会
16	日	
17	月	敬老の日
18	火	
19	水	防災訓練
20	木	
21	金	
22	土	
23	日	秋分の日
24	月	振替休日
25	火	
26	水	誕生会
27	木	
28	金	お便り配布
29	土	
30	日	

8月より 嶋田 彩華(しまだ あやか)保育士
がお手伝いとして、一緒にお世話させていただきます。
よろしくお願いします。

●スマホ育児について

ママ友とのラインのやり取りや動画など…。スマホは、育児ライフにも深く根づいています。皆さんが手にしている不思議な物にお子さんは興味津々に手を伸ばしますよね。しかし、見せてもいい物なのかどうか、迷うことも多いと思います。スマホと子どもの目の発達との関係はどうか、今わかっていることをお伝えします。
・スマホを見せると目が悪くなりますか? “眼科の先生に聞きました!” 子どもさんがじーっとスマホの画面を見ていると「目が悪くなるのでは?」と不安になりますよね。スマホを見せると、目に悪い影響があるのか--。

・重要な目の機能である立体視は2歳までに育つ!
立体視とは、物を立体的にとらえる感覚のことで「視力」と「立体視」で私たちは物を見ているのです。しかし、過度にスマホを見ると立体視が正常に育たないのではないかとされています。



・ダラダラ見せるのはNG! 1日15~30分程度にしましょう。
スマホから出ているブルーライトから目の病気を引き起こす可能性も指摘されています。悪影響がありそうなものは取り除いて予防することが大切なのです。

ブルーライトって何?

スマホやパソコンから出ている青い光のこと。人の目で見ることでできる光の中で、最も強いエネルギーを持っていて、網膜への直接的なダメージ



光・暗闇・外遊び!

日中に光を浴びると、夜にメラトニンが分泌されて早寝・早起きにつながるそうです。外遊びからは、“わくわくドキドキ”から抑制する力も強くなり、「集中力」と「ガマンする力」が育つそうです!
スマホ、タブレットだけでなく、外にでて、草や土、空に飛ぶ飛行機など子どもさんと一緒に遊ぶ中で、たくさんの「わくわく!ドキドキ!」を見つけてみてください。

著書:「主婦の友生活シリーズ」

