

令和8年度

ほけんだより 7月号

兵庫教育大学附属幼稚園 保健室

早7月に入ろうとしています。もうすぐ夏休みですね！
夏休みは好奇心や探求心を深掘りする時間がゆったり、
たっぷりあるような気がします。絵本や図鑑を見たり、虫の
観察をしたり、竹馬チャレンジも続けてみたり、お子様が好
きなことをして、ワクワク・ドキドキをたくさん経験できます
ように。

7月の保健安全行事

- 2日(木) 発育測定 5歳児
- 3日(金) 発育測定 4歳児
- 8日(水) 発育測定 3歳児

保護者様へ ご協力をお願いします！

水分補給について

暑い時期は、特にお子様の健康を守るため、十分な水分補給を行っています。

登園の際には、水筒の容量をご確認いただき、必要に応じて水筒を2本ご用意いただくか、補
充用の飲み物(ペットボトル等)をご持参くださいますようお願いいたします。

万が一、水筒のお茶や水が無くなり、補充用の飲み物もない場合には、お子様の熱中症予防
を最優先に考え、園で備蓄している飲料水を補充しています。(園で備蓄している飲料水は緊急
時に使用しているものです。)

お子様の水筒に補充したペットボトルは1本そのままお渡しします。お手数をおかけしますが、
後日、同程度の飲料水1本をご持参いただき、補充へのご協力をお願いします。今後も安全な水
分補給を継続していきたいと考えています。

また、水筒の中に入れる飲み物は、お茶もしくは水でお願いします。スポーツドリンクは糖分を
含んでおり、日常的な水分補給にはお茶か水が適していると考えています。なお、体調不良時な
ど、特別の事情がある場合はお気軽にご相談ください。

虫刺されについて

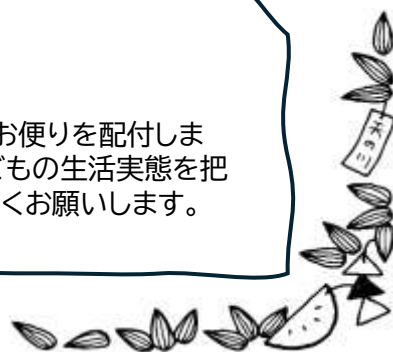
園では、虫よけグッズの設置や虫よけスプレーの使用など、虫刺され予防に努めています。
ただ、自然豊かな環境のため、蚊などの虫を完全に防ぐことは難しい状況です。刺された場合には
必要に応じて患部を冷やすなどの対応を行っています。

お子様によっては刺されやすい体質もあり、ご家庭でも虫よけシールや虫よけ剤の使用、肌の露
出を控えた服装など、お子様に合った対策へのご協力をお願いします。

なお、虫よけスプレー等は体質やアレルギーへの配慮が必要な場合もあり、園での使用で配慮が
必要なお子様については、担任または保健室までお知らせください。園とご家庭で協力しながら、お
子様が安心して過ごせるよう努めていきたいと考えています。

生活習慣アンケートについて

7月2日付で「附属学校園合同 生活習慣アンケート」へのご回答をお願いするお便りを配付しま
す。お読みいただき、FORMS からご回答をお願いします。附属学校園に通う子どもの生活実態を把
握し、今後の健康教育に活かしていきたいと考えています。ご協力のほど、よろしくお願ひします。



なつは「ほどほど」がいいみたい



へやは
「ほどほど」に
ひやす



つめたいものは
「ほどほど」に
とる



うんどうも
「ほどほど」に
しよう



げーむじかんは
「ほどほど」に
する



なつの「すいぶんほきゅう」は、なにをのみますか？

たくさんあせをかいたとき ……



すぽーつどりんく

糖分でエネルギーも
補給しよう。



ふつうのせいかつとき ……



みず・むぎちゃ

塩分も糖分もあまり必
要ないときに飲もう。

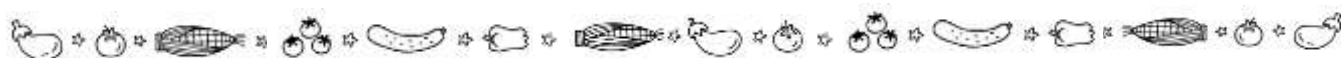


からだのぐあいがわるいとき ……



けいこうほすいえき

早い吸収で脱水を予
防しよう。



園で子どもたちが育てている夏野菜が育っています。毎日お世話をして、自分たちが植えた野菜が育っていく様子を観察する中で、野菜をもっと好きになってくれればいいなと思うし、命あるものへの愛おしさが芽生えてくれるかなとも思います。夏野菜は水分がたっぷり含まれているので、夏の水分補給になるし、体の熱やほてりを取ってくれます。トマト、きゅうり、枝豆、ゴーヤ、なす、ピーマン、オクラ、とうもろこし…皆さんはどんな夏野菜が好きですか？夏野菜をたっぷり食べて、元気に夏を過ごしてほしいです。