



# すくすく

2023年 7月号 あいあいルーム



## パシャパシャ楽しいね！

子ども達の大好きな水遊びの季節です！ジョウロでシャワーをしたり、シャボン玉をしたりと、水の心地よさを感じる遊びを沢山経験させてあげたいと思っています。また、遊びを通して暑さに負けない丈夫な体づくりも心掛けていきます。



## 指先の遊びをいっぱい！！

指の動きが細くなってきました。小麦粉粘土など感触を楽しむ素材や、積み木、紐通し、シール、洗濯ばさみなど指の動きをコントロールする遊びなど、いろいろ用意して楽しめるようにしています。指先を使うことは脳の発達に効果的です。



## トイレトレーニング！

毎日トイレトレーニングを行っています。トイレで排泄することにも慣れ成功することも増えてきました。個々に合わせて、布パンツをはいて濡れた感覚を体験し、トレーニングしていきたいと思っておりますので、布パンツを2枚持たせてくださいますようお願いいたします。名前の記入もお願いいたします。お家でも排泄できた時は沢山ほめてあげて下さいね！



## 今月の歌

♪ たなばた  
♪ トマト

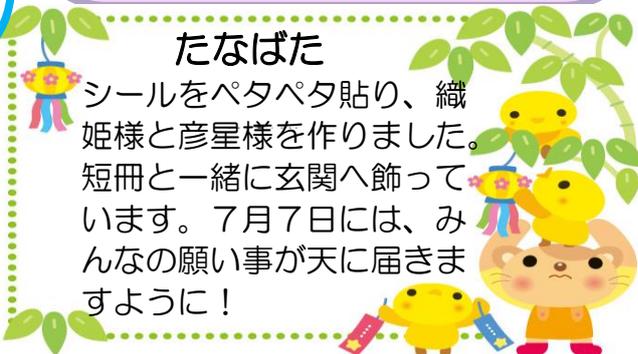
## あせもに注意！

あせものできやすい季節です。汗はこまめにふき取りシャワーを浴びて汗や汚れを落とすようにしましょう。



## たなばた

シールをペタペタ貼り、織姫様と彦星様を作りました。短冊と一緒に玄関へ飾っています。7月7日には、みんなの願い事が天に届きますように！



## ビタミンとリコピンで医者いらず！

## 夏のトマト

トマトが赤くなると医者が青くなる、と言われるほど6月～9月のトマトには栄養がいっぱい含まれています。ビタミンAとCが豊富なうえトマト特有の成分であるリコピンには強い抗酸化作用があり子供を病気から守ってくれます。旨み成分のグルタミン酸も含んでいるので生食以外にも魚や肉等と一緒に煮込むと甘みやおいしさが増します。子供の好きな料理にして美味しくいただきます。

