

# 子育て すくえあー



保護者・子ども・地域・保育園をつなぐ情報紙

発行：葛飾区子育て支援部保育課 03-5654-8296



## 手作りおもちゃで水遊びを楽しもう！



今回は親子で一緒に作り、楽しく遊べる水遊びのおもちゃをご紹介します。  
親子で楽しく過ごす時間は宝物です。

### 紙コップヨット

#### 用意するもの

紙コップ ……1個  
ハサミ  
油性ペン or クレヨン



#### 作り方

1. 紙コップの上から切り込みを入れ、底から約2cm上までの高さまで切り込みを入れます。
2. 周りをぐるりと切り、最後を2cmほど残します。
3. ヨットの帆の形になるように斜めに切り取り、油性ペンやクレヨンで模様を描いたらできあがりです！



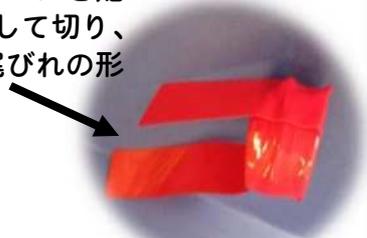
### ペットボトルキャップ金魚

#### 作り方

1. ペットボトルキャップ2つを向かい合わせにします。
2. 赤ビニールテープを隙間なく巻き付けます。
3. コの字になるようビニールテープを貼り、始めと終わりを5cmほど残して切り、残した部分同士をくっつけて尾びれの形を作ります。
4. 白と黒のビニールテープを丸く切って、目を作ります。左右に貼り付けたらできあがりです！

#### 用意するもの

ペットボトルキャップ ……2個  
ビニールテープ ……赤、白、黒  
ハサミ



親子で一緒に作って楽しみましょう！



# ～暑い夏を元気に過ごそう！～



「これから暑い夏がやって来るけど、どんなことに気を付けたらいいですか？」

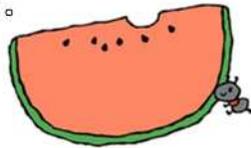
公立保育園では、こんなことを行っていますよ。参考にしてみてください。



## ～【熱中症の対策】～

◎子どもの特徴

- ・大人より暑さに弱い
  - ・照り返しの影響を受けやすい
  - ・自分では予防策がとれない
- などの点から、子どもは大人以上に熱中症に気を付ける必要があります。



◎保育園で気を付けていること

- ・朝、専用の計測器で暑さ指数を計測し、指数が31度を超えていないか確認してから、戸外あそびをしています。あそんでいる間も、随時計測しチェックを行います。
- ・水分補給(麦茶・水)をこまめに行っています。
- ・顔色や汗のかき方、動きが緩慢になっていないかなど、子どもの様子の変化に気を付けています。

## ～【虫よけスプレーの作り方】～

公立保育園では、子どもに優しい天然由来の成分で虫除けスプレーを作っています。

～材料～

◎精製水(水・ミネラルウォーターでも可)…100ml ◎お酢…10ml

◎ハッカ油(薬局で購入できます)…5～10滴

～作り方・使い方～

\*材料を混ぜ、スプレー容器に入れて冷蔵庫にて保存。1ヶ月くらいもちます。

\*子どもの肌には直接かけずに、衣服や帽子などにかかけましょう。

## ～外あそびにおすすめの【服装&持ち物】～

子どもはよく汗をかくので、肌着は吸水性や通気性の高いものを着用するようにしましょう

肌が出ている部分は虫よけスプレーを活用しましょう

運動後に汗が冷えると体も冷えるので、タオルとともに肌着の着替えも持参

履き慣れた靴を、脱げないようにしっかりと履きましょう

大人より脱水になりやすいので暑い日の外出時には、水筒を持参

シャツはズボンの中に入れてケガや虫刺され予防になります

