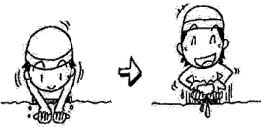


# 暑い夏がやってきた!

いよいよ夏本番! 明るい夏の日差しを浴びて夏ならではの水遊びやプール遊びを楽しみましょう! 水に慣れることは水の危険から自分の身を守ることもつながります。

## 水をすくう

両手で器を作り、こぼさないように水をすくいます。長い間、手の中に水は残っているかな?



## 水をたたいたり、ついたりする

手のひらを水面に向けてたたいたり、握りこぶしをつくって水をついてみましょう。



## ワニさん遊び

浅い水の中で手をついて、ワニさんになって進む。



## 水に顔をつける

水に口をつけてぶくぶくとやったり、顔をつけて水の中でじゃんけんポン!



## お風呂の中で

- ・シャンプーハットを取って頭から「あめだよー!」とシャワーをかけてみよう!
- ・湯船の中でお口を閉じて鼻からフンッと泡を出して遊ぼう。

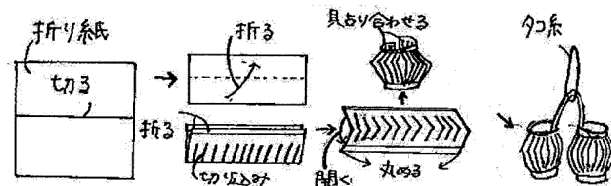
楽しんで水に慣れようね!

# 七夕(たなばた)を楽しもう!

7月7日は七夕です。親子で楽しみましょう!

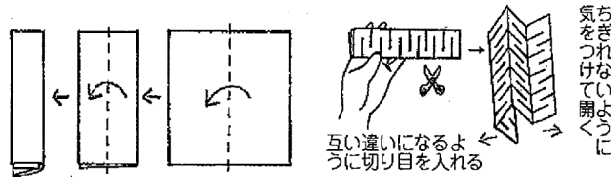
## ちょうちん

素材 折り紙・紙テープ・タコ糸



## 天の川

素材 折り紙



## 夏にぴったり! 食欲増進メニュー!

### 冷しゃぶサラダ



材料 (大人と子ども1人分ずつの分量です)

- 豚薄切り 50g きゅうり 4分の1本
- にんじん 2分の1本 アスパラ 3本
- たまねぎ 3分の1個

- ① 豚薄切りは1cm位に切り、ゆでて冷めます。
- ② アスパラは薄く斜めに切って湯通しし、きゅうりとにんじんは細く切ります。
- ③ たまねぎは薄くスライスし、水にさらします
- ④ ドレッシングを混ぜ合わせてできあがり♪

## 気になる! トイレトレーニング



Q. いつ頃から始めたらいいの?

A. 1日の排泄の間隔が、ほぼ一定になってきたら、時間を見計らって便器に座らせてみましょう。まずは便器に慣れることから、嫌がる時は無理に続けず、切り上げるようにしましょう。食事や出かける前やあとなど生活の節目にトイレに誘ってみましょう。子どもの好きな絵(動物さんや車など)がトイレに貼ってあるといいですね。

お昼寝あけにオムツがぬれていなかったらチャンスです! トイレに誘ってみましょう!



♪あせらず楽しくゆったりと♪

排泄には個人差があるので決して他の子と比べないようにしましょう。

また、排泄の自立は身体の機能と密接に結びついており、時期としては4歳頃が目安となります。無理に急がせたり失敗したからといって厳しく叱るのではなく、子ども一人ひとりに応じた関わりを大切にしながらゆったりと見守っていきましょう!

