



めぐみっこ通信

2016. 7. 27 No.51

7月に入って暑い日が多くなってきたかと思えば、涼しい日が多いこの頃。プール開きをしてからプールの日は子ども達も大興奮でしたが、最近は保育園でも水遊びやプールが実施できない日が続いています。「明日は晴れてプールに入れるかな?」「せんせ~今日はプール入れる?」という子ども達の声が聞かれるようになり、天気を気にしている子が多く見られるようになってきました。7月も終わりに近づいてきたので、8月はお天気の良い日が多くなってくれることを願っています。

お天気の関係でホール開放で水遊びが出来ない日もあるかと思いますが、その時は室内で出来る楽しい遊びを考えていますので、是非いらしてくださいね。

今日は、親子で楽しく触れ合える、手足をリズムにのせて動かす手遊びを紹介したいと思います。



「きゅうりができた」

1. きゅうりができた きゅうりができた きゅうりができた さあたべよう

2. 塩ふってパッパパ 塩ふってパッパパ 塩ふってパッパパ パッパパッパ

3. いたずりきゅっきゅきゅ いたずりきゅっきゅきゅ いたずりきゅっきゅきゅ

きゅっきゅきゅっきゅきゅ

4. トントン切ってね トントン切ってね トントン切ってね トントン

5. おててをぱっちゃん いただきま~す → ぱくぱくぱく~



☆夏に多い感染症☆

夏によく見られる感染症として、下記の病気があげられます。夏風邪のなかでも、感染力も強いので、症状が見られたら医療機関を受診しましょう。



【プール熱（咽頭結膜熱）】アデノウィルスが原因。高熱とのどの痛みの他に、目やにやや充血・かゆみなどの消化器症状が見られることもあります。

【ヘルパンギーナ】・・・コサッキーウィルスなどが原因。高熱とのどの痛みが主症状。のどに水疱や潰瘍ができるため痛みで食事や水分が取れないこともあります。

【手足口病】・・・手のひらや足の裏、口の中に小さな発疹や水疱ができます。熱はでないことも。

【とびひ】・・・黄色ブドウ球菌などの細菌が原因。皮膚のただれや膿をもったような水泡ができ、かゆみが強いです。かくと他の皮膚にとびひします。

【流行性角結膜炎】・・・目やにや結膜の充血が見られます。感染力がとても強いです。

【鶏肉のトマト煮】 (4人分)

材料		作り方
鶏もも肉	250g	1.玉ねぎは皮をむきスライス、キャベツは2~3cmの角切りにする。
玉ねぎ	半玉	
キャベツ	四分の1玉	2. 鶏肉は一口大に切っておく。
ケチャップ	大さじ2	3. 少し大きめの鍋に油をしき、鶏肉を炒める。
トマトピューレ	小ビン1本	4. ある程度火が通ってきたら玉ねぎをいれさらに炒める。
砂糖	小さじ1	5. 玉ねぎに火が通ってきたら2cupの水をいれ煮込む。
コンソメ	大さじ2	6. 15分くらい煮込んだらキャベツを入れさらに煮込む。
油	適量	7. キャベツがしんなりしてきたらトマトピューレ、ケチャップ、調味料を入れ少し煮込む。
水	2 cup	8. 最後に食塩で味を整えたらできあがり。
食塩	少々	

