



暑中お見舞い申し上げます

連日の猛暑の中、保護者の皆様におかれましては、お変わりなくお過ごしでしょうか。

児童クラブでは、熱中症警戒アラート等の戸外での活動の制限がありながらも、室内で UNO やボードゲーム（オセロ・将棋等）、工作といった自分のやりたいことを見つけ、目一杯楽しむ様子が見られています。また、先日映画の公開が始まった『鬼滅の刃』のブームがクラブにも再来し、レゴを使ってキャラクターを作って、ごっこ遊びを展開する様子も見られています。また、卓球も盛り上がり始め、ペアづくりや勝負する順番、ルールづくりといったことを子どもたち同士でやり取りをしながら遊びを進めていき、皆でイメージや目的をもって遊びを作り上げる楽しさも感じています。皆で遊ぶ経験を積み重ねていく中で、家族のような一体感も生まれつつあります。

一方、短大・大学の教職員、学生さんたちが考えて下さった講座にもワクワクしながら参加しています。これからヨガや茶道、世界の遊び等、なかなか経験できない講座にも参加予定です。この夏の様々な体験が、子どもたちの好奇心や探究心を刺激し、ひと回り成長させてくれることと思います。

8月の目標

「めりはりをつけよう！」

楽しみにしていた夏休み！学習、遊びの時間はそれぞれに集中できるように、「ながら」にならないように気を付けましょう。



・着替えを1セット
(半袖・ズボン・下着・靴下)

各児童のロッカーに保管している着替えですが、中身を夏物に入れ替えていない、持って来っていない等いらっしゃいましたら、お持たせ下さい。

可能な日は、水遊びを実施したいと考えていますので、よろしくお願い致します。

【楽しみだった夏休みが始まりました🍉】



お弁当おいしい！！

卓球で姉弟対決♪



始めてする子どもたちもたくさん！
応援グッズを作って応援です(*^▽^*)

大学の先生と学生による
夏の活動！

たくさんあるからわくわく☆



宿題や自主学習、遊び。やるべきこととやりたいことが盛りだくさんの夏休みです★
色々な経験の中で成長していく姿が楽しみです。

メール配信が始まります！

メール配信は、さんこう児童クラブから一方的にお知らせする際に使います。例)クラブ通信、一斉送信にて周知して頂きたいことに関するお知らせ

欠席連絡や送迎について等、やりとりが必要且つ急ぎの内容はこれまでと同様、携帯電話のSメッセージにより行わせていただきます。

※ほとんどの場合が S メッセージでのお知らせややり取りになるかと思いますので、ご把握の程、よろしくお願い致します。



8月の学童児童数

	在籍者数	休所者数	利用者数	そのうち新規入所者数	7月末退所者数
1年生	13	1	12	0	0
2年生	4	0	4	0	0
3年生	14	0	14	0	0
計	31	1	30	0	0

「栄養の日に知識を深める」

西九州大学健康栄養学科 松藤 泰代

毎年8月4日「栄（8）」と「養（4）」は、栄養に関する知識を深めて、自身の食生活について考えてもらうことを目的として公益社団法人日本栄養士会が2017年に制定した記念日「栄養の日」です。

また、8月1日→7日を「栄養週間」としています。

今回は、栄養に関する知識（食物とアレルギー）について、ほんの一部紹介します。

「食物アレルギー」は、食べ物の成分に過剰反応する免疫疾患です。じんましん、くしゃみ、せき、喘息、腹痛などが起こります。最も重い症状が「アナフィラキシーショック」です。

原因となる食べ物は、主に卵、乳、小麦、えび、蟹、くるみ、そば、落花生です。食品表示が義務付けられています。

食物アレルギーと思われる場合は、自己判断せずに病院に行きましょう。

（メモ持参：①何をどれだけ食べたか、②食べてから発症までの時間、③症状がどれだけ続いているか、④症状が現れた個所と特徴、⑤過去に同じもので同じ症状がでたか）

食物アレルギーの管理の原則は、専門医師の指導の下で「正しい診断」による「必要最小限の原因食物の除去」です。食品の完全除去だけでなく栄養面で代替食品を摂り、栄養素の不足ないようにしましょう。発育・発達を止めないことが大切です。

家庭での調理については、医師や管理栄養士に相談し、アレルギーの原因となるたんぱく質の調理性や量を考慮した食品から与えはじめ徐々に増やしていくようにしましょう。

乳幼児（6歳以下）期に発症した場合には、食物アレルギーに対する耐性を獲得し、食べられるようになる可能性が高く、比較的治りやすいといわれています。一方、治りにくいタイプもあり、上手に付き合っていくことも必要です。

その他：こども同士の食べ物について勝手に渡さない、食べ物の交換はしない、触れさせないなど注意しましょう。こどもを含めて、関係者で情報共有をしましょう。

また、お好み焼きの粉などを開封後、常温のまま放置してダニが発生した後に使用することが原因で、全身にアレルギー症状が引き起こされることがあります。「経口ダニアナフィラキシー」（パンケーキ症候群）と呼ばれます。食品の保存には、注意しましょう。

みなさまの栄養に関する知識が少しでも高められたら幸いです。

【参考文献】

公益社団法人 日本栄養士会

(<https://www.dietitian.or.jp>)

一般社団法人日本小児アレルギー学会 食物アレルギー委員会：協和企画、

「食物アレルギービジュアルブック 2023」