

# 12月園だより

「就学に向けて」

令和7年11月末日  
認定こども園まこまないみどりまち保育園  
TEL 582-1521  
FAX 582-1501  
HP : [www.zenikukai.jp](http://www.zenikukai.jp)

急に気温も下がり体が追いつきません。

寒い時に戸外では体を縮めて歩いているので、それだけでも体力を使っている気がします。

この「体を縮め寒さをしのぐ」行為は、体温を外に逃がさないようにするための、人間の自然な「体温調節行為」で、しっかりとした根拠に基づいているそうです。

①表面積を縮小することで、冷たい外気に触れる体の表面積を物理的に小さくし、  
体から外部への熱の放出も抑えることができる。（表面積の縮小）

②寒さを感じると全身の血管が収縮し、これにより血流が悪くなり、筋肉が縮んで硬くなる。この筋肉の収縮は、熱を逃がさないようにするだけでなく、熱を産み出そうとする働きにもつながる。（筋肉の収縮と保温）

③動物が身の危険を感じた時に体を丸める防衛反応の名残とも考えられる。  
(防護反応)

寒い時、自分の体に意識をしてみると「なるほど」と感じると思います。  
改めて人間の身体は“すごい！”ですね。

年長児（ももぐみ）は、1年を通じ就学を見通した活動を行っております。

7月には同じ校区の（桜山小学校校区）、3園の認定こども園年長児合同で遊び計画をし、公園で待ち合わせをして遊びました。いつもと違うお友達と接して遊び事を通し、「新しい人間関係を作り、ともに遊び経験」をしました。

そして11月には、今年も、桜山小学校の1年生が企画した交流企画、「いちばんぼし☆ワンダーランド」にご招待をして頂き参加させていただきました。昨年同様、秋の自然を使用した玩具や小物に1年生の子どもたちの楽しい思いがぎゅっと詰まっていて、子どもたちの想像力の広がりをとても感じました。さらに、楽しませようとする気持ちがスパイスとなりとても暖かい空気に迎えられ、参加したももぐみの子どもたちはもちろん、引率をした私たちもワクワクして参加をさせていただきました。

また別な日の小学校の発表会前に、1年生の発表の練習を観覧させていただきました。1年生はせりふも素晴らしい、鍵盤ハーモニカも堂々と演奏していて本当にキラキラ輝いていました。当園の卒園児（昨年度のももぐみの子）が登場すると、小さな声で「〇〇ちゃんだ～」「〇〇くんだ～」など言い合い、あこがれの眼差しで見ている姿がありました。

1年生の担任の方々、関わってくださった教員の方々に感謝でいっぱいです。

現在ももぐみではふれあいの会で披露する劇ごっここの練習をしています。今回の経験が良い刺激になっていると思います。

12月と1月には五輪児童会館に遊びに行く予定です。

とてもいそがしいももぐみですが、いつも楽しんで参加をしている姿にたくましさを感じます。園で培った成長の基礎が、小学校で力になる学びの繋がりを踏まえて、園と小学校の交流を今後も行っています。

これから厳しい冬に向かいますが、遊びの中から体力を十分につけて備えていきたいと思います。保護者の方も、ご自愛くださいね。

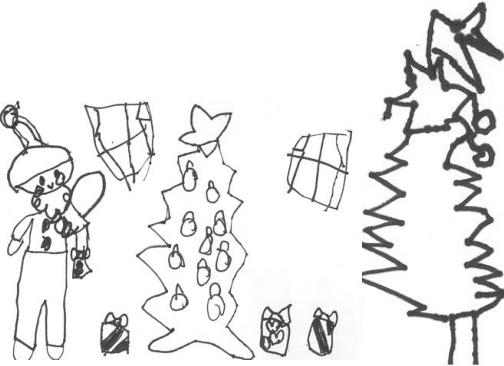
園長

熊澤 千夏



## <12月の行事予定>

- ・ 6日（土）ひまわり・ももぐみ親子ふれあいの会
- ・ 11日（木）避難訓練（火災）17:30～
- ・ 12日（金）冬の交通安全教室
- ・ 15日（月）ももぐみ児童会館体験
- ・ 18日（木）もちつき
- ・ 24日（水）クリスマス会（お楽しみ会）



☆コットカバー洗濯日☆  
12日（金）、26日（金）

☆体育教室☆  
・ひまわりぐみ… 19日（金）  
・ももぐみ… 9日（火）

## ※年末年始休園日…12月29日（月）～1月3日（土）

1月5日（月）より通常保育がはじまります。  
皆様良い年をお迎えください。

\*年内最後のコットカバー洗濯日は、26日（金）となっていますが、早めにお休みに入る方は、午睡明けコットカバーをはずしておきますので、登園時保育者にお知らせください。

\*保育園からお子さんに年賀状を送ります。喪中などで、新年の挨拶を控えた方がよい方は、保育者までお知らせください。

## <もちつき>

おもちつきの会には2～5歳児が参加をし、5歳児ももぐみの子どもたちがおもちをつきます。2～4歳児はおもちをつく様子を応援し、もち米からおもちになる過程を見てもらいいます。各クラス・グループで鏡もちを作る予定です。ももぐみの保護者の方を対象にお手伝いをお願いしています。

## <クリスマス会>

子どもたちがとても楽しみにしているクリスマス会。プロの演奏家の方々を招き、クリスマスにちなんだ曲を演奏していただきます。素敵な音楽に触れ、クリスマスの一日をみんなで楽しみたいと思います。

## <避難訓練>

12月11日（木）17:30より火災の避難訓練を行います。お迎え時間に重なった場合はご協力を願います。

## ◇11月の意見・要望・苦情◇

意見・要望 〇件 苦情 〇件



# 流行しやすい感染症

## ＜インフルエンザ＞

保護者記入の登園届：○

主な症状は、突然に起こる38度以上の発熱、頭痛、結膜の充血の他、筋肉痛や関節痛、倦怠感などの全身症状もみられます。抵抗力の弱い乳幼児や高齢者は重症化しやすく、肺炎や気管支炎、乳幼児では中耳炎や熱性けいれん、脳症などの合併症を起こすこともあります。

登園のめやす・・・発症した後5日経過し、かつ解熱した後3日経過していること。（乳幼児の場合）

## ＜ウィルス性胃腸炎(ノロウイルス感染症)＞

保護者記入の登園届：×

主な症状は嘔吐と下痢で、脱水を合併することがあります。乳幼児のみならず、学童、成人にも多くみられ、再感染も稀ではありません。多くは1～3日で良くなるとされています。

嘔吐、下痢等の症状が治まり、普段の食事がとれるようになると登園可能です。ただし、登園を再開した後も、ウイルスは便中に3週間以上排出されることがあるため、排便後やおむつ交換後の手洗いを徹底しましょう。

登園のめやす・・・嘔吐、下痢の症状が治まり普段の食事がとれること。

## ＜RSウイルス感染症＞

保護者記入の登園届：×

発熱、鼻水などの症状が数日続きます。多くは軽症で済みますが、咳がひどくなる、「ゼーゼー、ヒューヒュー」という喘鳴を伴った呼吸困難が出るなどの症状が出現した場合は、細気管支炎、肺炎へと進展することがあり注意が必要です。重篤な合併症として注意すべきものには、無呼吸発作、急性脳症等があります。呼吸器症状が治まると登園することは可能ですが、あまり状態がよくない場合は、お休みしてしっかり治しましょう。

登園のめやす・・・呼吸器症状が消失し、全身状態が良いこと。

## ＜ヒトメタニューモウイルス＞

保護者記入の登園届：×

主な症状は、鼻水や咳、たんなどのいわゆる風邪症状です。ほかにも、発熱したり、時には発疹が出たりすることもあります。1歳未満の子どもは重症になりやすく、炎症が細い気管支にまで及んで、『細気管支炎』という状態になることもあります。その半面、年長ぐらいになると症状が軽い傾向があります。熱も下がり、主要症状が治まると登園可能ですが、あまり状態がよくない場合は、お休みしてしっかり治しましょう。

登園のめやす・・・咳、熱などの症状が治り、全身状態が良いこと。

## ＜ライノウイルス＞

保護者記入の登園届：×

鼻咽頭炎や上気道炎など、鼻や喉の病気が引き起こされることがあります。それによって、頭痛、喉の痛み、鼻づまり、くしゃみなどの症状が見られます。これらの症状に少し遅れて軽い咳が出だし、咳が2週間近く続くことがありますが、通常、発症から1～2週間ほどで症状は軽くなります。また稀に、気管支喘息が、ウイルス感染の刺激で悪化することがあります。主要症状が消失した後登園することができます。

登園のめやす・・・咳などの症状が治り、全身状態が良いこと。

## ＜パラインフルエンザ＞

保護者記入の登園届：×

インフルエンザウイルスとは異なるウイルスで、上気道(鼻・のど)と下気道(肺・気管支)に感染します。グループ症候群、上気道炎（一般的な風邪症状・鼻水・のどの痛み・咳など）、ウイルス性咽頭炎、細気管支炎、気管支炎、ウイルス性肺炎、発熱などの症状が現れます。合併症として、中耳炎を発症することもあります。主要症状が消失した後、登園する事は可能ですが、あまり状態がよくない場合はお休みしてしっかり治しましょう。

登園のめやす・・・咳などの症状が治り、全身状態が良いこと。

※集団生活の中で感染拡大を防ぎ、健康に過ごすためにも、皆様のご配慮とご協力をよろしくお願いします。

登園届につきましては、ホームページから印刷または、玄関掲示板下に置いてあります。

## <インフルエンザの登園停止期間早見表>

インフルエンザ発症後、幼稚園または保育園へ登園可能になるには、「解熱後3日が経過していること」と、「発症後5日が経過していること」の2つの条件を満たす必要があります。発症とは発熱の症状が現れたことを指し、日数を数える時は発症日は含まず、翌日からを発症1日目と數えます。両方の条件を満たさなければならぬため、たとえ発症後すぐに解熱し、元気になったとしても、発症から5日間が経過していなければ登園はNGです。以下の早見表を参考にカレンダーなどで登園可能日を確認してください。不安な場合はかかりつけ医の先生に確認するようにしましょう。

例	発症日	発症後5日間（登園停止期間）						発症後5日を経過		
		0日目	1日目	2日目	3日目	4日目	5日目	6日目	7日目	8日目
発症後 1日目に 解熱した 場合		解熱	1日目	2日目	3日目			登園 OK		
発症後 2日目に 解熱した 場合			解熱	1日目	2日目	3日目		登園 OK		
発症後 3日目に 解熱した 場合				解熱	1日目	2日目	3日目		登園 OK	
発症後 4日目に 解熱した 場合					解熱	1日目	2日目	3日目		登園 OK