



園メール

出欠  
連絡等は  
こちら→

# 7月のおたより

北見にも夏が到来！園庭では、大好きな井戸水ポンプが連日大活躍しています。先日はお忙しい中、親子徒歩遠足にご参加くださりありがとうございます。クラスごとの自己紹介やレクが行われ楽しそうな様子が伺えました。朝早くからのお弁当作り、ご苦労様でした。新園舎の建築も順調に進んでいます。現在は2階を建築中。今年度はみんなの大好きな園庭で、お元気フェスタを開催予定です。親子で楽しめる競技も検討中です。お楽しみに！！



## お知らせ

### 水遊び はじまるよー

持ち物 そよかぜ あおぞら ～水着 バスタオル 防水バック  
おひさま ひだまり わたぼうし～なし（園着替えを使用）  
※ 使用した日は持ちかえり、洗って翌日お持ちください。



野付牛公園  
森探検inみどり

### 体調確認 について

体調がすぐれない時、外遊び、水遊びを控えたい場合は、登園時orメールにてお伝えください。（こちらからの確認はいたしません）

### 保育参観 について

保育参観をご希望の方は、担当までお声がけください。  
※1日1組程度（行事等前後は除く）給食の試食可 撮影は我が子のみ可能 SNS投稿不可

### ことばの ひろば

「発音が気になる」「言葉が聞き取れない」「言葉が遅い」「おちつきがない」など、言葉や発達の悩みなどありませんか？月2回、言語聴覚士が来園し、巡回相談を行っております。お気軽にスタッフまでお声がけください。



米のとぎ汁を  
お花に

## 山の水族館にいこう♪ きいろ・みどり バス遠足 （年間行事予定と日程が変更しています）

7月4日（火） きいろ みどり 山の水族館＆花夢林 9:15出発



マシマロ焼き  
inみどり

※持ち物 リュック 敷物  
※9:00までに登園してください。  
※お弁当 お水は園で用意します。  
※お昼寝はしません。



園庭でハイポーズ

## 夏だ！まつりだ！ 2023わくわくまつりin緑ヶ丘

職員による楽しいショーや、巨大迷路、福引き、盆踊りなど楽しい催し物がいっぱい  
やきとり 絵本の中から「おにぎりくんがね」など食べ物コーナーもあるよ！！

7月15日（土） 9:00～11:45（食品交換9:45～11:45） ※雨天決行

- ※ お子様から目を離さぬようお願いいたします。
- ※ 環境保護の一環として、エコバック 靴入れをお持ちください。
- ※ 食券の申し込みはこちらのフォームより申し込みください↓※期限7月3日（月）

<https://forms.gle/7TzeY3XgLsyAAAdjL7>

- ※ 後日集金袋を配布します。代金を入れ、7月7日（金）までに持参ください。チケットをお渡します。
- ※ 園児分は食券と遊び券が1セット無料で配布されますので、園児分は数に含めず、ご家族の分のみご注文ください
- ※ 駐車場は、園周辺と児童館をご利用ください。（各家庭1台）
- ※ ゴミは各自お持ち帰りください。



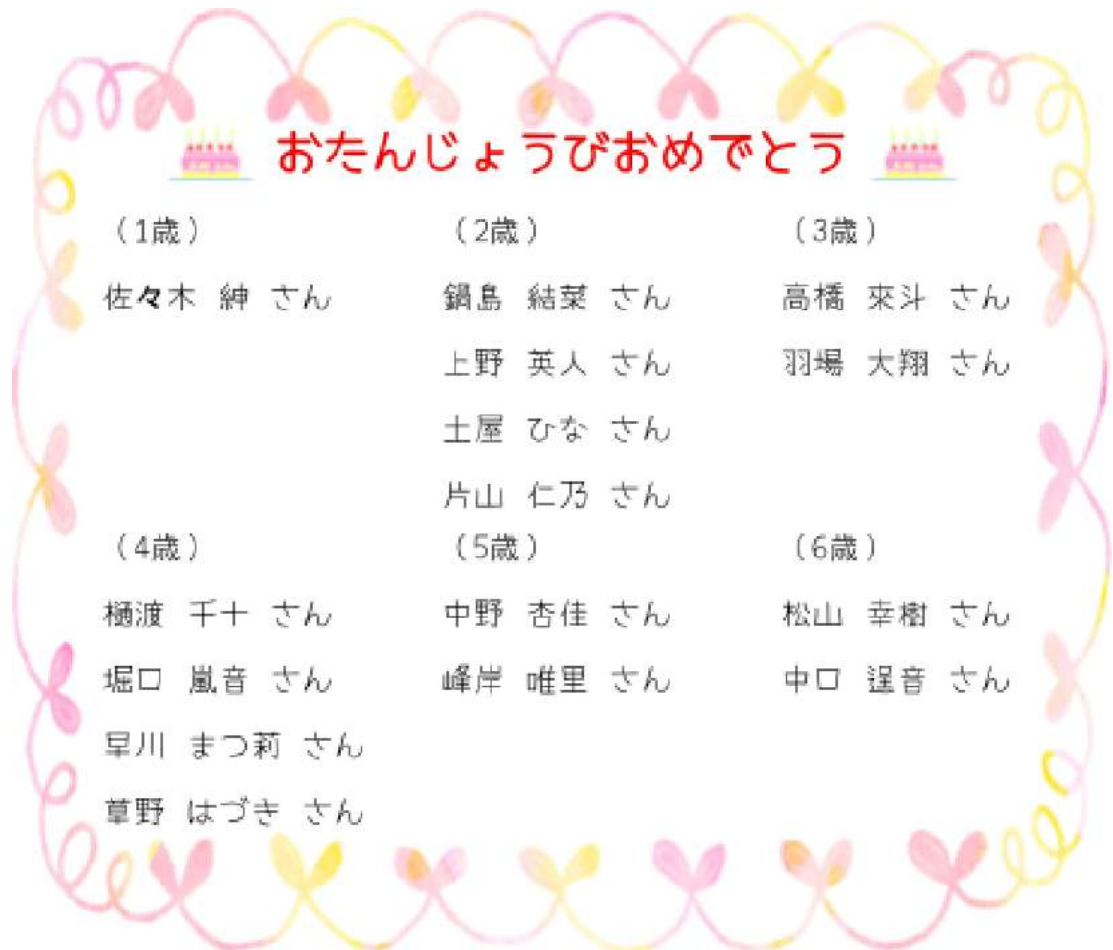
梅シロップ作り



足の裏で  
太陽の光を  
感じよう  
～フィールド  
ピョンピョン～

## 7月の予定

日	月	火	水	木	金	土
						1
2	3 ・身体測定 (年長) ・避難訓練	4 ・バス遠足 山の水族館 (みどり)	5	6	7	8
9	10 ・4計測 (おたぼろし)	11 ・運動あそび おひ・おた	12 ・運動あそび きいろ	13 ・運動あそび みどり	14 ・運動遊び ひだまり	15 ・わくわく まつり
16	17 ・海の日	18 ・4計測 (ひだまり)	19	20 ・みどりぐみ 飯盒で ご飯を炊こう	21	22
23	24 ・4計測 (おひさま)	25	26	27	28	29
30	31		みどりぐみ「公園へ行こう」 は天候を見て行きます			



2023

緑ヶ丘ゆうし

わくわくまつり

7.15 土

9:00 スタート!

認定こども園緑ヶ丘遊子

9:00 子どもぼんおどりとショータイム

9:45 食べ物コーナースタート

10:00 サマースプラッシュパーティー①

11:00 サマースプラッシュパーティー②

11:30 食べ物コーナー終了

11:45 おしまい

お好きな時間にいらしてください  
※雨天の場合は縮小して開催



# わくわくまつり

令和5年7月15日(土)

9:00~11:45



外の出店

おにぎり、やきとり、フレンチドック、ふのラスク、枝豆、かき氷

ヨーヨー、ゲーム、福引



キットパス号が  
やってくる!!  
お絵かきできる  
車くるよ~

手作りうちわ  
も作ろう♪

7月のほけんのお話しは、夏に流行する感染症についてです。  
**手足口病・ヘルパンギーナ・咽頭結膜熱**を3大感染症としてあげ、  
それぞれどのような症状が出るのかと、かかってしまった時の対  
処法についてのせてあります。ぜひご一読下さい。

感染経路は共通していて、咳やくしゃみの飛沫に含まれるウイ  
ルスを吸い込むことで感染する**飛沫感染**と、ウイルスが付着した  
手やおもちゃなどを介して感染する**接触感染**です。また便に含ま  
れるウイルスを吸い込むことで感染することもあります。

園でも感染症予防の一環として、子ども達と手洗い方法の確認  
を繰り返し実施していきます。

ぜひお家でも、今一度子ども達と一緒に手洗い方法の確認をし  
ていただければと思います。



こちらは園での手洗い方法のお話しで参考にしている、手洗  
いのうたです♪

「花王ビオレU 手洗い」で検索すると動画もあります！

## 手足口病とは？

手足口病は夏季に流行し、7月にピークを迎えるウイルス性の感染症。原因ウイルスは「エンテロウイルス」と「コクサッキーウイルス」で、複数の種類があるので何度もかかる可能性も。患者のほとんどは小児で、5歳未満の小児が80%を占めますが、まれに大人にも感染します。



### 手足口病の特徴

- ✓ 夏季に流行し、7月にピークを迎える。
- ✓ 何度もかかってしまうことも。
- ✓ まれに大人も感染することがある。

## どんな症状？

潜伏期間は、3～6日。

口の中の粘膜や手のひら、足の裏、足の甲などに水疱性の発疹が現れて、1～3日間発熱することがあります。水疱は、かさぶたにならずに治る場合が多く、1週間程度でなくなります。また、1～2ヶ月後に手足の爪がはがれることがあります。大事にはいたらずすぐに新しい爪が生えてきます。

ですが、口の中にできた水疱がつぶれた後にできる口内炎（口の中にできた潰瘍）がひどく、食事や飲みものを受けつけなくなることから、「脱水症状」を起こすことも。また、原因ウイルスの「エンテロウイルス」は無菌性髄膜炎の90%を占めるため、まれに脳炎を伴って重症化することもあるので注意が必要です。



こんな症状に  
要注意！

- 潜伏期間は、3～6日
- 口の中・手のひら・足の裏や甲に水疱性の発疹、発熱、爪がはがれることも
- 口内炎の痛みから、飲食を受けつけずに「脱水」になることも
- まれに髄膜炎の合併

## かかってしまった時の対処法

手足口病に対する特効薬はありませんが、口内炎に対して鎮痛薬で痛みを和らげたり、粘膜保護剤の軟膏などが処方されることがあります。のどに痛みがあるので、オレンジジュースなどのような刺激のあるものは避け、のどごしの良い少し冷たい飲みものがおすすめです。（例えば、麦茶や牛乳、冷めたスープなど）  
食べものは、刺激が少なくかまずに飲み込めるものにしましょう。（例えば、ゼリーやプリン、冷めたおじや、豆腐など）約5日程度で治ります。



- 刺激のあるものは避けて、のどごしの良い冷たい飲みものを与えましょう
- かまずに飲みこめる、刺激の少ない食べものを与えましょう

## ヘルパンギーナとは？

ヘルパンギーナは、6月から初夏にかけて流行し、乳幼児に多く見られる夏風邪の代表的なウイルス性の感染症。主に「コクサッキーウイルスA群」が原因で、ウイルスの型がいくつかあるので、何度もかかってしまうことも珍しくありません。まれに大人も発症します。



## ヘルパンギーナの特徴

- ✓ 6月～8月にかけて、乳幼児に流行する夏風邪の一種。
- ✓ 何度もかかってしまうことも。
- ✓ まれに大人も発症する。

## どんな症状？

潜伏期間は、3～6日。

39℃以上の熱が1～3日つづくと同時に、のどが赤く腫れて小さな水疱がたくさんできます。水疱は2～3日ですぶれて黄色い潰瘍になります。

のどの痛みが強いため、食事や飲みものを受けつけなくなることから、「脱水症状」を起こすことも。



こんな症状に  
要注意！

- 潜伏期間は、3～6日
- 突然の発熱（1～3日つづく）
- のどの強い痛み、のどの発疹・水疱
- 飲食を受けつけずに、「脱水」になることも
- 高熱から、「熱性けいれん」を起こすことも

## かかってしまった時の対処法

ヘルパンギーナに対する特効薬はありませんが、口内炎（口の中にできた潰瘍）に対して鎮痛解熱薬で痛みを和らげたり、粘膜保護剤の軟膏などが処方されることがあります。

のどに痛みがあるので、オレンジジュースなどのような刺激のあるものは避け、のどごしの良い少し冷たい飲みものがおすすめです。（例えば、麦茶や牛乳、冷めたスープなど）

食べものは、刺激が少なくかまずに飲み込めるものにししましょう。（例えば、ゼリーやプリン、冷めたおじや、豆腐など）約5日程度で治ります。



- 刺激のあるものは避けて、のどごしの良い冷たい飲みものを与えましょう
- かまずに飲みこめる、刺激の少ない食べものを与えましょう

## 咽頭結膜熱（プール熱）とは？

咽頭結膜熱（プール熱）は、「アデノウイルス」が原因で、プールの水を介してヒトからヒトへ流行が拡大することが多いので、プール熱とも呼ばれています。年間を通して発生しますが、主に6月末頃から夏季にかけて流行します。



## 咽頭結膜熱（プール熱）の特徴

- ☑ 6月末から夏季にかけて流行

## どんな症状？

潜伏期間は、2～14日。

咽頭炎（のどの痛み）、結膜炎（目の充血）、39℃前後の発熱が数日から1週間続く症状から、「咽頭結膜熱」と呼ばれています。頭痛をはじめ、食欲不振が3～7日続くこともあり、眼の症状としては、目が充血し、涙が多くなり、まぶしがるがあります。



こんな症状に  
要注意！

- 潜伏期間は2～14日
- 咽頭炎（のどの痛み）、結膜炎（目の充血）、39℃前後の発熱（数日～1週間）
- 頭痛、食欲不振が3～7日続く
- 目やに、涙が多くなる、まぶしがる

## かかってしまった時の対処法

アデノウイルスに対する特効薬はありませんが、のどの痛みにはうがいや鎮痛薬を。また、目やにや結膜炎（充血）には抗生剤やステロイドの点眼薬を使い、眼のかゆみが強い時には、抗ヒスタミン薬やステロイドの点眼薬を処方されることがあります。

のどに痛みがあるので、オレンジジュースなどのような刺激のあるものは避け、のどごしの良い少し冷たい飲みものがおすすめです。（例えば、麦茶や牛乳、冷めたスープなど）

食べものは、刺激が少なくかまずに飲み込めるものにしましょう。（例えば、ゼリーやプリン、冷めたおじや、豆腐など）



- 刺激のあるものは避けて、のどごしの良い冷たい飲みものを与えましょう
- かまずに飲みこめる、刺激の少ない食べものを与えましょう