

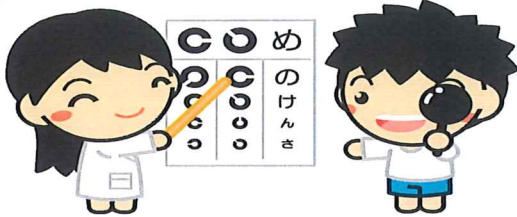


ほけんだより 10月号



2023年9月30日
ゆらりん白金保育園
看護師 小島

今年、9月に入っても30度を超える暑い日が続きました。10月に入りやっと秋らしくなり過ごしやすい季節になりました。子どもたちは、園外で体を動かし体力がつく時期です。風邪をひきにくい身体づくりをしていき、免疫力を高めていきたいですね。季節の変わり目でもあるので、風邪などの感染症予防に努め手洗いうがいや衣類の調節など予防に努めていきましょう。



10月10日は、目の愛護デーです。

ネット社会になり便利にはなりましたが、目にとっては、子どもの視力低下が心配されます。6歳以下の子どもの目は、毎日発達して視力機能が完成される時期です。幼児期の大切な時期に生活の中での姿勢を見直したり、自然の中で体を動かし十分に遊ばせたり、外の景色をたくさん見せてあげて、視力を育てていきましょう。

※ 4.5歳児はランドルト環を使用して左右交互に行います。3歳児は来年度の視力検査の練習を両目で行いたいと思います。

気になることないですか？

- ・ テレビや絵本に近付いて見る
- ・ 明るい戸外でまぶしがる
- ・ 目を細めて見る
- ・ 上目遣いに物を見る
- ・ 目つきが悪い、目が寄っている
- ・ 見る時に首を曲げたり、頭を傾けたりする
- ・ 色の見え方がはっきりしない

このような症状が見られると斜視や弱視の可能性が考えられます。子どもは視力が悪いことを自覚できないため、上記のような症状がないか普段から気にかけて見るようにしてください。担任、看護師にお伝えください。

<10月保健行事予定>

2日(月) 9:30~ 3・4・5歳児 身体測定
 3日(火) 9:30~ 0・1・2歳児 身体測定
 10日(火) 14:45~ 0・1・2歳児 園医健診
 24日(火) 14:45~ 0・3・4・5歳児 園医健診
 26日(木) 10:00~ 全園児 歯科検診

見え方検査：晴れている時に2回行います。

10月の保健指導は、目の話をします。

2歳児は、ブクブクうがい

(2歳児は初めてのうがいの練習になります)

3・4・5歳児は歯みがき指導

(3歳児は初めての歯みがき指導になります)

<園での感染症>

新型コロナウイルス感染症 : 5名

溶連菌感染症 : 1名

伝染性膿痂疹 : 2名 水痘 : 1名

鼻水、咳の症状が増えてきています。朝夕の温度差もある為、上着で調整できるようにしていきましょう。散歩など外での活動も増えてきます。汗をかいたら下着を着替えたりなど対応していきたいと思います。汗拭きタオル(ハンドタオル等)や着替えの準備をお願いします。

地域では、**インフルエンザの流行注意報**が9月末より出ています。新型コロナウイルス感染症も持続して見られています。引き続き手洗いうがいを外出後はしっかり行っていききたいと思います。インフルエンザ予防接種を流行期に入る前に済ませるようにしましょう。

11月にすいか組は、芋ほり遠足が予定されています。バス移動1時間ほどとなります。乗り物酔いのある園児は担任または、看護師にお伝えください。

※生活リズムのアンケートをご協力ありがとうございました。集計して10月中に配布したいと思います。参考にして頂ければと思います。