



10月のほけんだより

認定こども園
あゆのさと
2016.09.28
看護師 石黒治美



だんだん秋らしい陽気になり、日中も過ごしやすくなりました。収穫の秋、食欲の秋、読書の秋、スポーツの秋。子どもたちは、運動会の練習で体を動かすことに慣れ親しみ、興味を持っています。子どもの体力もぐんと伸びる時期。楽しい経験を通して、健康な体をはぐんでいきましょう。

秋の保健行事

- 10月13日(木) 9:30～ 聴力・視力検査(年長児)
- 10月24日(月) 13:00～ 内科健診(全園児)
- 11月8日(火) 9:00～ 5歳児検診(さくら1)
- 11月10日(木) 9:00～ 5歳児検診(さくら2)
- 11月17日(木) 9:00～ 歯科健診(全園児)

詳しくは、後日お知らせいたします。



インフルエンザの予防

1番の予防方法はワクチンです。

- 10月になると、インフルエンザの予防接種の受付が始まります。例年、インフルエンザは12～3月ごろ流行します。乳幼児は2度に分けてワクチンを接種しますが、ワクチン接種による効果が出現するまでに2週間程かかるので、体調の良い時を見計らって早めに予防接種を始めることをお勧めします。

ご家族そろっての接種が、インフルエンザの感染予防や拡大防止に効果的です。



ウエス用布回収にご協力いただきありがとうございました。さっそく、活用させていただきます。大掃除や片付け、断捨離などで不要になったタオルやシーツ、衣類（綿製品などの吸湿性のある素材）等ありましたら、また、ご協力をお願いします。いつでも受け付けておりますので、職員室にお持ち下さい。

お預かりした薬の保管について

水薬をお預かりした時、同じ薬なのに、園児によって室温や冷蔵庫など**与薬依頼票の③保管**の記入がまちまちです。病院や薬局で“冷蔵保存”と指示があった場合のみ、冷蔵で保管します。ご了承下さい。

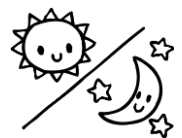


10月10日は目の愛護デー 目をたいせつに

- ☆ 2つの10を横に倒すと、まゆと目の形に見えることから、10月10日は目の愛護デーとされています。乳幼児期は、子どもの目ももっとも育つ時期。この機会に、子どもの「目」の健康をあらためて見直してみましよう。

「見る力」を育てるポイント

- 明るさ、暗さのメリハリある生活を**
日中は光を浴び、夜は暗くして眠る。



- 広い空間で体と目を動かす機会を**



全身運動は眼球、視神経・脳の発達を促す。

- いろいろなものを見る体験を**

止まっているもの動いているもの、小さなもの大きいもの、遠くにあるもの近くにあるものなど、いろいろなものを見る体験が、目により刺激になる。



- テレビやゲームは、時間を決めて**



テレビは正面から見る。いつも横目で見ていると、視力に左右差が出ることも。また、携帯ゲームなど狭い範囲の平面画像を見続けることは、目の負担になるので、乳幼児は避ける。