

# 10月 ほけんだより

2020年10月1日発行  
新川崎みらいのそら保育園

夕暮れが日に日に早まり、いつの間にか季節はすっかり秋ですね。スポーツの秋、食欲の秋、芸術の秋…。保育園では天気の良い日は園庭で遊ぶ子どもたちの元気な声が響き渡っています。元気いっぱい体を動かし、栄養豊富な秋の食材をたくさん食べて風邪をひきにくい体づくりをしていきましょう。

## 10月10日は

### 目の愛護デー

子どもの視力は6歳でほぼ大人と同じまでに発達します。乳幼児期のトラブルで視力の発達がうまくいかなかった場合、その後に視力をのばすのは難しいことがあります。  
普段から子どもの目の状態には注意をし、以下のような様子が見られたら早めに受診をしましょう。

- 目を細めたり、目をしかめたりする。
- 横目でものを見ることが多い。
- テレビなどを極端に近づいてみる。
- 必要以上にまぶしがる。



また、感染症の可能性があるので以下の眼症状がある場合は登園前に受診をしてください。

- ◎まぶたのはれ ◎白目の充血 ◎かゆみ
- ◎涙目 ◎目やに

## 薄着で元気!

薄着していると、冷たい外気が刺激となって、自律神経などの神経系全体が活発に働くようになります。体温調節機能も高まるので、かぜをひきにくく、寒さに対する抵抗力が強い体になれるというわけです。

また、薄着は運動能力の発達を促すとも言われます。もこもこ着込んでいては、動きにくくて活動的になれませんね。かぜに負けず、元気に体を動かしてあそべる子でいられるよう、薄着を習慣づけていきましょう。



## 歯科健診結果のお知らせ

9月17日に園医(おもち歯科医院)による歯科健診を実施しました。結果を配布しましたのでご確認ください。

現在感染症拡大防止のために園内での歯磨きについて乳児は中止、幼児は仕上げ磨き中止となっています。ご自宅でしっかり磨いてむし歯を予防していきましょう。



## 9月の報告

- \*9月下旬からは咳や鼻水症状のある子どもが増えてきました。
- \*17日(木):身体測定【0-2歳児】  
:園医歯科健診【全園児】
- \*18日(金):身体測定【3-5歳児】
- \*幼児クラスを対象に歯磨き指導を行いました。
- \*窒息事故防止について職員研修を実施しました。

## 10月の予定

- \*19日(月)身体測定【0-2歳児】
- \*20日(火)身体測定【3-5歳児】  
→頭囲・胸囲測定も行います。
- \*27日(火)園医健康診断【0,1,4,5歳児】

引き続き、咳や鼻水等の症状出現時には  
早めに受診をするようにしてください。