



【ほけんざより】

令和5年10月1日 あいあい鳳保育園

長かった残暑もようやく終わり、さわやかな風、空の高さに秋の訪れを感じます。日中は過ごしやすくなってきていますが、朝晩は冷え込みを感じ寒いと感じる日も増えるようになってきます。バランスの良い食事、十分な睡眠、生活リズムを整え、規則正しい生活を心がけましょう。



10月10日は目の愛護デーです。子どもの目は、日々発達しています。1歳で0.3ほど、3~5歳で0.8~1.0ほどになり、立体的な物が見られるようになります。この急激に目が発達する時期に、見えにくい状態が続くと、メガネをかけてもよく見えない「弱視」になってしまいます。

スマートフォンやタブレット、TV等を長時間使用すると、目の緊張状態が続いて視力低下につながります。長時間の視聴は控え、時間を決めるようにしましょう。

目の役割

—どんな働きをしているのかな?—

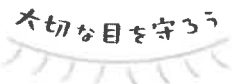
汚れた手で目をこすらない



【まぶた】瞬きをして、目にゴミが入るのを防いだり、目が乾燥するのを防いだりします。

【まゆ毛】目に汗が入るのを防いだり、日差しが強いときに目元に陰を作ったりしています。

【なみだ】目の乾燥を防いだり、目に入ったゴミを洗い流したりします。



【まつ毛】目にゴミが入るのを防ぎます。

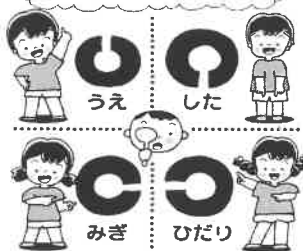
いろいろな役割をしながら、大事な目を守ってくれています。

前髪は目にかからないように、十分な睡眠をとるなど、目に優しい生活をしましょう。



目のけんさをしませう

どこにすまがまっているかな?



10月の予定

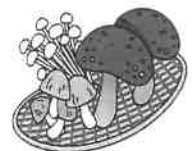
*乳児身体測定(0~2歳児)・・・10日(火)

*幼児身体測定(3~5歳児)・・・11日(水)

*内科検診・・・31日(火) みきたクリニック宮下医師による診察

*視力検査(3~5歳児)・・・幼児クラス対象：中旬から順次実施

※事前にお手紙にてお知らせします。



9月感染症発生状況

- *溶連菌感染症・・・1名
- *手足口病・・・1名
- *流行性角結膜炎・・・1名
- *新型コロナウイルス感染症・・・1名
- *咽頭結膜熱(プール熱)・・・0歳4名、2歳8名
3歳3名、4歳3名
- *インフルエンザA型・・・2歳1名、3歳2名
4歳3名、5歳3名
- *インフルエンザ(型不明)・・・1名



朝 昼 晩 の

気温差に注意!

9月は様々な感染症の届け出がありました。疾患によっては登園許可書が必要になってきます。潜伏期間の長い疾患もありますので、手洗い・うがいを徹底し予防しましょう。感染症拡大防止のために、同居家族で体調が悪くない場合も、申し出て頂くようお願いいたします。

※10月に入ると、インフルエンザの予防接種が始まります。かかりつけ医と相談しながら、予防接種のスケジュールを立てましょう。