

ほけんだより10月



朝晩は冷え込み、すっかり秋らしくなりました。この時期は1日の気温が大きく体調を崩しやすくなるため、調整しやすい衣服を上手に取り入れ、栄養と睡眠を十分にとり、健康管理に気を付けましょう。

10月18日(火)に定例健康診断があります

普段気付かない病気などを早く見つけ、調べたり、治療するには健康を守る上で大切なことです。園児は年2回の健康診断ぎょう虫検査を受けるように決められています。

10月18日(火)に第2回目の健康診断を実施します。当日、健康診断を受けられなかった場合は後日、岩隈医院で受けていただくようになりますので、当日はできるだけ欠席されませんようお願いします。健診の結果、詳しい検査が必要な場合は連絡いたしますので、早めに専門医での受診をお願いします。

麻疹(はしか)に注意しましょう

今年は全国的にはしかの集団感染が多く発生しています。兵庫県では、保健所での集団感染も報告されていますので、十分注意しましょう。はしかは高熱、咳、鼻水といったかぜ症状から始まり、やがて高熱のまま発疹がでます。特徴として、口の中に小さな白斑(コプリック斑)ができることです。感染力が非常に強く、小さい子どもでは肺炎や脳炎を合併しやすいため、注意が必要です。まだ予防接種が済んでいないお子さんは、早めに接種していただきますようお願いします。

尿検査のおしらせ ※提出日・・・10月18日(火)

10月17日(月)に検査容器をお渡しいたしますので、翌日の18日(火)の朝に採尿して提出して下さい。※17日(月)に欠席する予定がある方は、15日(土)にキットをお渡しいたします。事前に連絡を下さい。

歯科検診のお知らせ 10月26日(水)

10月26日(水)に今年度第2回目の歯科検診があります。検診後に結果票をお渡し致しますので、治療が必要な方は、速やかにかかりつけの歯科を受診され、治療を開始してください。できるだけ園での集団検診をお願いしたいのですが、**体調不良などで受診できなかった場合は、後日検診票をお渡しいたしますので、ただだ歯科クリニック(波多江駅北 4-3-1-1F Tel330-8020)で直接検診を受けてください。(※費用はかかりません。)**

※4月の歯科検診で虫歯があった子どもさんで、まだ治療されていない方は、早急に治療を受けていただきますようお願いします。又、歯科検診当日は、念入りに歯をみがいて登園しましょう。

予防接種 ～定期的に受けましょう～

園はいろいろな子ども達とともに過ごす集団生活の場です。感染症から子どもたちを守るために、予防接種は非常に効果の高い手段の一つです。子どもたちの健康を守るために、予防接種を受ける時期を母子手帳で確認して頂き、早い段階で受けていただくようお願いします。又、予防接種を受けられましたら、連絡ノートに記入し、担任までお知らせ下さい。

～薄着でがんばろう～

朝晩は涼しくなりましたが、日中はまだまだ暑い日が続いています。半そで、半ズボンでがんばって皮膚をしょうぶにし、体温調整機能を高めて健康な体を作っていきましょう。肌寒い朝は上着を着るなど、衣服を調整してください。(子どもは新陳代謝が盛んで熱がたくさん作られるため、大人より平熱が高いことが多いです。)



このような症状はありませんか?

- ・目を細めたり、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、極端に近づいて見る。
- ・必要以上にまぶしがる。

※このような症状があれば、一度眼科の医師の診断を受けてみたほうがいいでしょう。

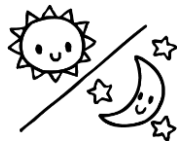
10月の行事予定

- 10月5日(水) ゆり組園外保育(福岡市動植物園)
- 10月11日(火) 身体測定(以上児)・絵本配本
- 10月12日(水) 身体測定(未満児)
- 10月17日(月) 避難訓練・尿検査キット配布
- 10月18日(火) 定例健康診断 14:30~
- 尿検査キット回収
- 10月22日(土) 芋ほり遠足(お弁当の日)
- 10月24日(月) 尿検査キット配布(2次)
- 10月25日(火) 芋ほり予備日・尿検査回収(2次)
- 10月26日(水) 歯科検診 9:30~
- 10月28日(金) お誕生会・布団洗濯日
- 10月29日(土) 引津公民館文化祭

10月10日は目の愛護デー 目をたいせつに 「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、目によい刺激になる。



□テレビやゲームは、時間を決めて

テレビは正面から見る。いつも横目で見てみると、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。

