

ほけんだより10月



過ごしやすい季節になり、園庭からは毎日のように子どもたちの元気な声が聞こえてきます。すっかり秋らしくなったこの時期は、一日の気温差が大きくなり、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、健康管理に気をつけましょう。

10月4日(水)に定例健康診断があります

先月号でもお知らせいたしましたが、10月4日(水)に第2回目の健康診断があります。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、当日は出来るだけ欠席されませんようお願いいたします。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、早めに専門医の受診をお願いします。

尿検査のおしらせ ※提出日…10月17日(火)

10月16日(月)に検査容器をお渡しいたしますので、翌日の17日(火)の朝に採尿して提出して下さい。※16日(月)に欠席する予定がある方は14日(土)にキットをお渡しいたします。事前にお知らせください。

意見書・登園届について

子どもさんが感染症にかかった時に提出する意見書と登園届の違いをご存じですか？子どもさんが感染症から回復し、登園を始める日には必ずどちらか提出をお願いします。

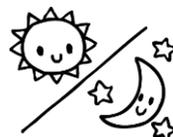
- 意見書… 飛沫感染するもので、児童、生徒の罹患が多く、学校や保育所において流行をを広げる可能性が高い伝染病に対し、出席停止期間も含め、医師が登園可能と判断した時に医師が記入する。
(インフルエンザ、麻疹、風疹、水ぼうそう、流行性耳下腺炎 等)
- 登園届… 保育所入所児がかかりやすい感染症に対し、医師が登園可能と判断した場合に保護者が記入する。
(溶連菌感染症、手足口病、マイコプラズマ肺炎、RSウイルス感染症)



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。



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4日(水)	定例健康診断 14:30~
10月7日(土)	芋ほり遠足(お弁当の日)
10月10日(月)	身体測定(以上児)・絵本配本
10月11日(火)	身体測定(未満児)
10月12日(水)	芋ほり遠足予備日
10月16日(月)	避難訓練・尿検査キット配布
10月17日(火)	尿検査キット提出日
10月19日(木)	園外保育(お弁当の日) // (ゆり組は福岡市動植物園)
10月23日(月)	尿検査キット配布(2次)
10月24日(火)	尿検査提キット提出日(2次)
10月25日(水)	お誕生会
10月27日(金)	布団洗濯日①
10月28日(土)	布団洗濯日②(帰りバス運休)
10月28日(土)~29日(日)	引津校区文化祭
10月30日(月)	布団オゾン乾燥(朝バス運休)

薄着の習慣は秋からスタート

肌寒くなってくると、つい子どもに厚着をさせたりしますが、子どもは意外と寒さに強いもの。冬に向けて抵抗力をつけ、丈夫な皮膚を作っていくためにも、今から薄着を心がけていきましょう。

薄着で過ごすコツ

- 寒いときは薄手の上着で調節する
- 肌着を着て保温する
- おなかと背中が出ないようにする



大人より「少し遅く」「1枚少なく」!

大人が「長そでを着よう」と思ったとき、子どもは長そでにするのを少し遅らせる。大人が重ね着するとき、子どもは1枚少なく着せる。こうすると、自然と薄着が習慣づけられます。

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いたします。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。

