

# ほけんだより 10月

朝晩は冷えこみ、すっかり秋らしくなりました。この時期は一日の気温差が大きく、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3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3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。

## 10月10日(水)に歯科検診があります

10月10日(水)に第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、ただけ歯科クリニック(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。)

## 尿検査のおしらせ ※提出日…10月16日(火)必須です。

10月15日(月)に検査容器をお渡しいたしますので、翌日16日(火)の朝に採取して、提出してください。15日に欠席する予定がある方は、13日(土)に採尿キットをお渡しいたしますので、事前にお知らせください。

## 10月10日は 目の愛護デー

生まれたときは明暗を感じる程度の子どもの視力が、大人並みの1.0くらいになるのが、6歳ごろと言われます。子どもは視力に異常が生じても、自分で症状を訴えることは難しいこと。気になる様子が見られたら、眼科を受診しましょう。

こんなときは心配です

- 目を細めて見る ●片目で見える
- 顔を傾けて見る ●まぶしがる
- テレビなど極端に近づいて見る
- 目をしかめたりする

### ※弱視について

小児の弱視は早期発見、早期治療をすることによって回復可能です。特に片方だけの場合、保護者の方が注意されていても気づかないことが多いようです。7歳を過ぎると完治が困難になります。そのため、ゆり組さんは小学校入学前に、必ず視力検査を受けて頂きますようお願いいたします。

## 10月の行事予定

- 10月1日(月) 朝バス運行なし
- 10月2日(火) ゆり組防災センター見学
- 10月3日(水) 定例健康診断 14:30~
- 10月5日(金) 劇団杉の子観劇会
- 10月6日(土) 前原南小旗取り
- 10月7日(日) 可也小旗取り
- 10月9日(火) 身体測定(以上児)
- 10月10日(水) 身体測定(未満児)・歯科検診 9:30~
- 10月15日(月) 避難訓練・尿検査キット配布
- 10月16日(火) 尿検査提出日・手洗い実演指導(以上児)
- 10月18日(木) 芋ほり遠足(お弁当の日)
- 10月20日(土) 芋ほり遠足予備日
- 10月23日(火) お誕生会
- 10月24日(水) ゆり組海岸清掃
- 10月26日(金) 布団洗濯日
- 10月27日(土)~28日(日) 引津校区文化祭
- 10月29日(月) 朝バス運行なし・布団オゾン乾燥日
- 11月1日(木) 消防署立合い避難訓練



## 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)

## 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、気候の良いこの時期に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。

## 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。

## ~注意しましょう~

先月末頃より園では、りんご病、溶連菌感染症、ヒトメタニューモウイルスなど、様々な感染症にかかるお子さんがいました。また、以上児さんは熱でお休みされるお子さんが目立ちました。

園での感染を拡げないためにも症状が現れた場合、早めに病院を受診して頂きますようお願いいたします。また、熱が下がっても体は一時的に弱った状態になっています。せっかく登園してきても、また熱がぶり返し、早退してしまうお子さんもいますので、お子さんのためには余裕をもって一日静養されて登園していただくと体調の戻りもよいようです。