

# ほけんだより 10月

夏の暑さも徐々に落ち着き、過ごしやすい季節になりました。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い時期でもあります。おいしいごはんをしっかりと食べて、睡眠を十分にとり、健康管理に気を付けましょう。

## お知らせ

- ★歯科検診……10月9日(水) 9:30~
- ★定例健康診断…10月9日(水) 14:00~
- ※当日はできるだけ欠席されませんようお願いいたします。
- ※必ず歯みがきをして登園しましょう。

## 尿検査のお知らせ

※提出日…10月16日(水)

10月15日(火)に検査キットをお渡しいたしますので、翌日16日(水)の朝に採取して提出してください。15日に欠席する予定のある方は、事前に採尿キットをお渡しいたしますので、担任までお知らせください。

## 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。



## 10月の行事予定

- 10月1日(火) ゆり組防災センター見学
- 10月7日(月) 身体測定(以上児)・絵本配本
- 10月8日(火) 身体測定(未満児)
- 10月9日(水) 歯科検診 9:30~
- // 定例健康診断 14:00~
- 10月11日(金) お誕生会
- 10月16日(水) 尿検査提出日
- 10月18日(金) 芋ほり遠足(お弁当の日)
- 10月19日(土) 芋ほり遠足予備日
- 10月21日(月) 避難訓練
- 10月23日(水) ゆり組海岸清掃&じゃがいも畑見学
- 10月25日(金) 布団洗濯日①
- 10月26日(土) 布団洗濯日②
- 10月26日(土)~27日(日) 引津校区文化祭
- 10月28日(月) 朝バス運行なし・布団オゾン乾燥日



## 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、アデノウイルス結膜炎等)
- 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

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。

## 斜視について

斜視とは、両眼の視線が正しく見る目標に向かわないものをいいます。外見上は、片方の目が正しい方向を向いているのに、他の目が内側や外側あるいは上下に向いている異常です。斜視の治療法には、めがねを使った矯正、訓練療法、手術などがありますが、気になる症状がある場合は早目に眼科で検査を受けていただきますようお願いいたします。



## 発熱後の登園について

今、園では発熱で欠席、早退するお子さんが増えています。風邪と診断されているようですが、熱が出ると体力が奪われて一時的に弱った状態になります。また、そういう時は、新たに病気をもらいやすくなりますので、熱が下がってもすぐには登園せず、一日は家庭で様子を見ながら安静に過ごしていただきますようお願いいたします。

