



ほけんだより 10月号



令和5年9月29日

上間さつき認定こども園

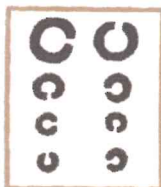
看護師 石原

まだまだ暑い日が続いています。季節の変わり目で体調を崩しやすく、風邪を引きやすいので、手洗い、うがい、衣服の調整などし、新型コロナウイルス、インフルエンザ感染症、風邪の予防につとめましょう。

10月10日は 目の愛護デー



子どもの目は毎日発達していて、両目の視力機能は6歳頃にほぼ完成と言われています。その後視力が低下するのは、幼い頃の姿勢や体の動かし方が関係しているそうです。自然の中で十分に遊ばせ、外の景色をたくさん見せることでお子さまの視力を育てていきましょう。



こんな見方は危険信号！

- ・ テレビや絵本に近付いて見る
- ・ 明るい戸外でまぶしがる
- ・ 目を細めて見る
- ・ 上目遣いに物を見る
- ・ 目つきが悪い、目が寄っている
- ・ 見る時に首を曲げたり、頭を傾けたりする

このような症状が見られると斜視や弱視の可能性が考えられます。子どもは視力が悪いことを自覚できないため、上記のような症状がないか普段から気にかけて見るようにしてください。

インフルエンザ 秋かぜに注意

インフルエンザが流行しています。登園時には咳や発熱、家族の状況などを報告下さい。季節の変わり目、かぜを引きやすくなります。ご家庭では背中を触るなどして確認し、汗をかいているようなら衣服を取り替えてあげましょう。また、手洗い・うがいをこまめに行う習慣を付け、規則正しい生活でウイルスを寄せ付けないようにしましょう。インフルエンザ感染に備え予防接種を受けましょう



爪のチェックのお願い



爪が長いとどこかに引っかけて折れてしまったり怪我の原因になったりします。思わぬ時にお友達を傷付けてしまうことにもなりかねません。子どもたちは様々な物に触れるため、爪(つめ)の中に汚れが入ったり、汚れが溜まると炎症を起こしたりしてしまいます。手洗いで落としきれない汚れは、お風呂できれいに落としてあげましょう。子どもは心身代謝が活発で爪の伸びも速いので週末には指先のチェックを行い爪切りタイムを作りましょう

