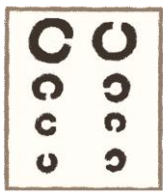


だんだんと秋らしい気候となり、外遊びを楽しむ子ども達の声で園庭はにぎやかです。このみっこ運動会も終わり、疲れも溜まりやすくなっていますのでしっかり栄養と休息を取っていただくようお願いいたします。子どもの体力もぐんぐん伸びる時期です。楽しい経験を通して健康な体を育てていきましょう。

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！

- ・ テレビや絵本に近づいて見る
- ・ 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。

内科健診のお知らせ

予定日時：10月29日（木）

10時30分～

日頃、気が付きにくい病気を早く発見したり、発達や成長を知ることができる健康診断は、子ども達の健康を守るためにとても大切です。

囑託医の池澤先生に聞いておきたいことなどがあればお知らせください。また、当日はできるだけお休みが無いようにお願いします。

〈9月の感染症状況〉

ひかり 突発性発疹 1名

にじ 突発性発疹 1名

薄着の習慣は 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。