



朝晩の気温の変化に秋を感じるようになりました。昼間は汗ばみながら園庭で元気に遊ぶ姿がみられます。季節の変わり目は、体調を崩しがちです。体が冷えないよう、汗をかいたら、タオルで拭いたり衣服を取り替え、風邪を引かないように気をつけましょう。

10月10日は
あいご
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
- 片目で見ると
- 顔を傾けて見る
- まぶしが
- いつも涙ぐんでいる
- まぶたが下がっている



内科健診

10月21日（木）は内科健診を行います。

調べる内容は…？

- ・やせ過ぎ、太り過ぎはないか
- ・心臓、呼吸の音は正常に聞こえるか
- ・骨や姿勢はゆがんでいないか
- ・皮膚の様子に異常はないか
- ・病気にかかっていないか



●前日におうちでしてきてほしいこと●

- ・お風呂で体をきれいにできてください。
- ・上半身は全て脱いで健診します。下着には名前を書いてきてください。
- ・髪の毛の長いお子さまは結んできてください。

秋は薄着の服装で

10月にもなると肌寒く感じる朝が増え、つつい子どもに厚着をさせたくくなります。しかし、本格的な寒さを迎える前のこの時期に薄着の習慣を付けておけば、風邪を引きにくい体になります。外気を肌で直接感じることで自律神経が整い、病気への抵抗力が高まるからです。“大人より1枚少なめ”を目安に、薄手の衣服を重ねるなど、上手な体温調節を行いましょう。



〈9月の感染症状況〉

ひかり・・・	手足口病	3名
	風邪	4名
	胃腸炎	1名
	突発性発疹疑い	1名
	RSウイルス感染症	1名
にじ・・・	手足口病	4名
	風邪	11名
そよかぜ・・・	手足口病	10名
	風邪	3名
アップル・・・	風邪	1名
チェリー・・・	風邪	2名
オレンジ・・・	風邪	2名