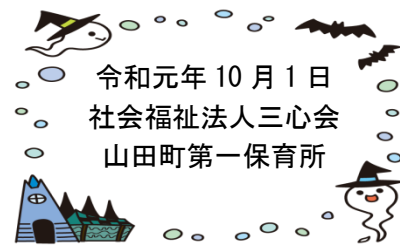




10月 ほけんだより



昼間は汗ばむ気温ですが、朝夕は冷え込むようになりました。1日のうちの寒暖差が激しいと風邪をひきやすくなります。お子さんの服装は自分で脱ぎ着しやすい物でしょうか？暑さにも寒さにも対応できる服装にし、体調を崩さないように気を付けましょう。手洗い・うがいも忘れずに！もうすぐ運動会です。みんな元気に参加できますように！



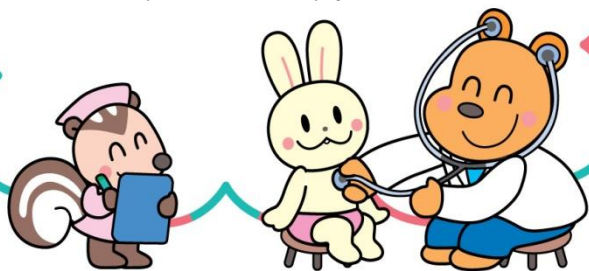
臨時のお便りでお知らせした通り、保育所では発熱や咳での欠席が多く、**RSウイルス感染症**と診断されたお子さんも数名います。風邪によく似た症状ですが、感染力が強く、年齢が低いお子さんほど、重症化しやすいのが特徴です。「風邪かな…」とおうちの方が自己判断せず、受診するようにしましょう。

お子さんの体調で気になる事がありましたら、連絡ノートや登所時に担任までお知らせください。



10月9日(水) 内科健診を行います

- 髪が長いお子さんは、診察しやすいように髪を結びましょう。
- 当日はできるだけ休まずに健診を受けるようにしましょう。



10月10日は 目の愛護デー



生まれたての赤ちゃんの視力は0.02位（明暗がぼんやりわかる）で色も分かりません。1歳頃に0.1程度（輪郭がぼやけて見える）、4～5歳頃で1.0位の視力になり、「見る力」は6歳位までに発達すると言われています。その間に何らかの原因でしっかり見えない状態になると、見る力は発達しなくなり、本来あるべき視力より低いままになる事があります。

「見る力」を育てるポイント

- 外でたくさん体を動かして遊ぶ。
- 外の景色をたくさん見る。
- テレビやゲームは時間を決めてやる。

気になる事があれば眼科を受診しましょう！

10月15日は 世界手洗いデー

ユニセフの「世界子供白書 2016」によると『2015年5歳の誕生日を迎えずに命を終える子どもたちは世界中で年間約590万人。もし石けんを使って正しく手を洗う事ができたら、年間100万人もの子どもの命が守られる』そうです。自分の体を病気から守る最もシンプルな方法は石けんを使った手洗いです。正しい手洗いを広めるため、2008年ユニセフは毎年10月15日を「世界手洗いデー」と決めました。保育所でも手洗いの大切さを伝えていきたいと思っています。

