ほけんだより10月

令和８年１０月１日　　第７号
キッドワールドセカンドこども園
園長：高木　良司
保健師：中村　深喜

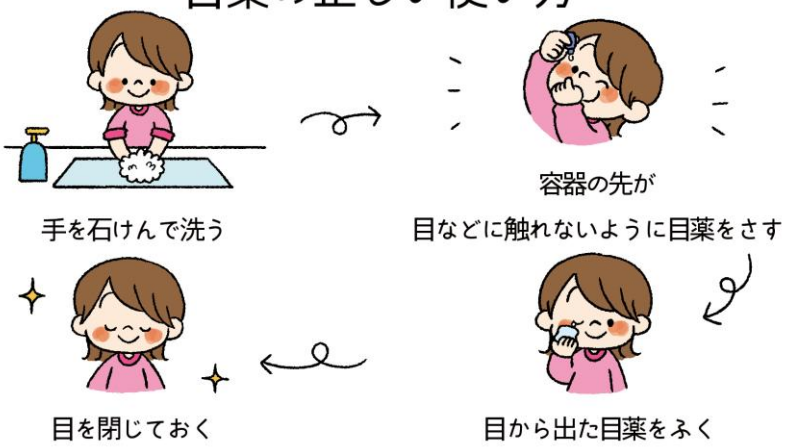
１０月は空気が乾き始めるので、のどの粘膜の働きが弱まりやすくなります。すると、ウイルスなどに感染しやすくなってしまいます。普段から、水分を摂ったり、うがいをしたり、のどの乾燥を防ぐマスクをしたりするなど「のどケア」をしましょう。また、濡れたタオルを室内に干すなど、部屋の湿度にも気を付けましょう。

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歳頃にほぼ完成すると言われています。その後に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。

目薬の正しい使い方



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。

テレビやスマホ、目によくない見方



視力検査をしました

9/24、25、28にれもんぐみ、かりんぐみ、すももぐみの子どもたちに視力検査を実施しました。昨年、一昨年と経験をしてきたかりんぐみ、れもんぐみはもちろんですが、初めて視力検査を行ったすももぐみもとても上手にできましたよ。写真はその様子の一部です。

また、こども園で実施しました視力検査は簡易的なものとなりますので、再検査の結果が出た方は医療機関を受診し、詳しい検査を受けることをお勧めします。





















おしらせ

■身体計測週間
すもも・かりん・れもん→5日(月)～9日(金)
いちご・あんず・きうい→13日(火)～16日(金)

■健康診断→27日(火)

■1歳6か月児健康診査対象児
令和6年12月生まれ

■3歳5か月児健康診査対象児
令和5年2月生まれ

■5歳児健康診査アンケート送付対象児
令和4年3月生まれ

※忘れずに受診しましょう

