

ほけんだより 10月

令和4年10月3日
せいしん 幼稚園
第二せいしん幼稚園

いよいよ運動会も目前です。子どもたちは毎日頑張って練習に励んでいます。スポーツの秋を迎えましたが、朝夕は気温が下がり、風邪や胃腸炎などで体調を崩しやすい時期でもあります。しっかり食べて、楽しく運動して、十分睡眠をとり、体と心を育てていきましょう。

10月の保健目標



「目を大切にしよう」



子どもの目は発達中

生まれたばかりでは、明いか暗いかがわかる程度の視力しかありません。その後、周囲の人の顔を見たり、おもちゃを見たりしながら徐々に視力が発達し、個人差はありますが、6歳くらいでおとなと同じくらい見えるようになります。それまでがもっとも大切な時期であるため、目の異常を発見できる3歳児健康診査(3歳児検診)は重要です。



子どもの目の病気のサイン

子どもの目の異変に気づいたら、早めに眼科を受診しましょう。

顔を傾けている



目の周りの筋肉のバランスがくずれて、反対側に顔を傾ける先天性上斜筋麻痺や、そのほかの斜視、あるいは近視などの病気が考えられます。

片目を閉じている



いつも片方の目ばかり閉じているということはありませんか？ 片目が見えない時や斜視がある場合に、片目を閉じて過ごしている場合があります。

まぶしがる



角膜の傷は、幼児のまぶしがるようすで判明する場合があります。まぶしがる原因は、さかまつげが多いのですが、先天性の病気や屈折異常、斜視が見つかることもあります。

しっかり歩ける・しっかり走れる

《 靴の選び方のポイント 》

気候が良くなり、戸外での散策や運動会練習の機会が多くなりました。足に合った靴を正しく履くことが大切です。どのような靴を選べばよいのか、選ぶ時に気を付けたいポイントについて紹介します。

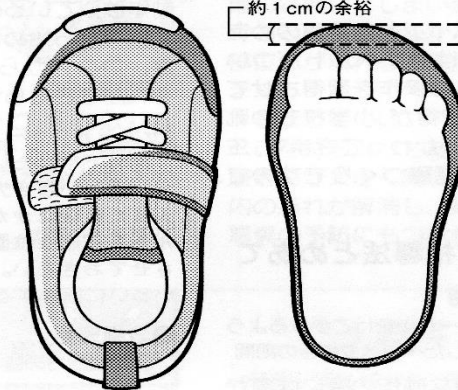
靴選びのポイント

靴の種類は①留め具なし、②片側ベルト、③折り返しベルト、④ひもの4つです。留め具なし（スリッポン）の靴は足が固定されず、不安定なため避けましょう。

※イラストは片側ベルト靴です。 ※ひも靴は小学生以上で使います。

①ベルト

ベルトは子どもが握りやすく、引きやすい1.5cm程度の幅のもの。裏側の面ファスナーは、広範囲についていると調節がしやすい。



②中敷き

中敷きが取り外し可能なものを選ぶ。中敷きに足を合わせて、サイズを確認する。中敷きとつま先の余裕が約1cmあれば適正で、0.5cm以下になったら取りかえる。

※取り外せる中敷きは、こまめに洗って衛生的。

③靴底

0～1歳

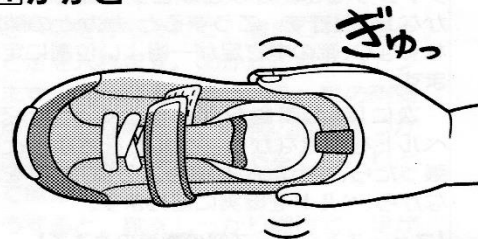
靴底がまっすぐ平らで、置いた時にぐらぐらしない、安定感のあるものを選ぶ。

2歳以降

足や足首が十分動かせるように、つま先から1/3が楽に曲がり、靴底に適度なクッション性があるもの。



④かかと



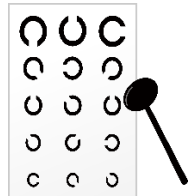
かかとを包み込むところがかたく、しっかりしているもの。

9月の感染症発生状況

ひよこ組：RSウイルス1名	しまうま組：新型コロナ感染症5名
らっこ組：溶連菌感染症1名	らいおん組：新型コロナ感染症1名
：新型コロナ感染症1名	いるか組：溶連菌感染症2名
くま組：溶連菌感染症2名	：新型コロナ感染症1名
：新型コロナ感染症1名	くじら組：溶連菌感染症1名
	：新型コロナ感染症1名

保健室から、視力検査について ひとこと

★10月は秋の視力検査を、年中児及び、年長児を対象に実施します。



★年中児は、左右どちらかが0.7未満の園児さんへ、年長児は左右どちらかが1.0未満の園児さんへ、それぞれ結果のお知らせを、10月中にいたします。視力に問題が無い園児さんへはお知らせいたしませんので、ご了承ください。



10月の保健行事

10月3日（月）視力検査（年中児）
10月14日（金）視力検査（年長児）
10月21日（金）内科健診
（年少・年中・年長児）
10月25日（火）乳児健診
（0・1・2歳児クラス）
10月26日（水）聴力検査（年長児）

★できるだけ、お休みのない
ように、ご協力よろしく
お願いします♪

