



# 10月のほけんだより



2017.10.1発行  
田園調布学園大学  
みらいこども園  
(看護師一場峰子)

スポーツの秋、読書の秋、みのりの秋です。秋は過ごしやすい気候なので様々なことにチャレンジできます。そして、食欲の秋、秋には栄養豊富な食べ物がたくさんあります、旬の物を色々食べて、かぜを引きにくい体づくりをしましょう。



## 10月10日は目の愛護デー 目をたいせつに

2つの10を横に倒すと、まゆと目の形に見えることから、10月10日は目の愛護デーとされています。乳幼児期は、子どもの目とも育つ時期。この機会に、子どもの「目」の健康をあらためて見直してみましよう。

### お子さんの目見えてますか

「見る力」は6歳くらい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も低いままになることも。

#### こんな仕草があったら注意を

- \*目を細める
- \*首を傾げて物を見る
- \*テレビなどに近づいて見る
- \*上目遣いに物を見る
- \*ぶつかったりころんだりしやすい

子どもは自分では「見えにくい」ことに気づきません。もし、気になる点があれば早めに眼科受診しましょう。

## 衣替え

衣替えの時期となりました。

日中は暖かいです。朝、夕になると冷え込んできます。この時期は薄手の長袖とカーディガン、ベストや上着など、暑さにも寒さにも対応できる着替えをご用意ください。汗もかくので下着も数枚ご準備ください。

## お知らせ

9月中旬頃より季節はずれのインフルエンザが近隣小学校において流行していました。が9月下旬頃よりみらいこども園でもインフルエンザに罹ったお子さんが出ていますので、体調管理と手洗いうがいをしっかりと行いましょう。

## おねがい

同居のご家族に、インフルエンザにの発症がみられた場合は必ず園にお知らせください。ご家族の方が罹患した場合インフルエンザ未接種のお子さんは、感染拡大防止のために欠席のご協力をお願いします。