



10月のほけんだより

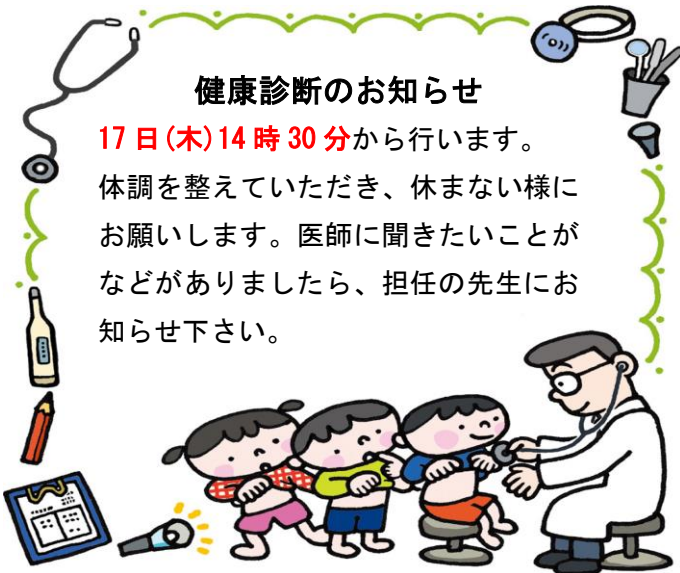
令和6年10月発行
島こども園

スポーツの秋、収穫の秋、食欲の秋……。子どもたちは外で元気に体を動かし、子どもの体力もぐんと伸びる時期です。残暑の厳しさから一気にすずしくなり、服を着こみがちになりますが、子どもは汗をかくこともしばしば。この時期こそ着替えを忘れずをお願いします。楽しい経験を通して、健康な体をはぐくんでいきましょう。

健康診断のお知らせ

17日(木)14時30分から行います。

体調を整えていただき、休まない様をお願いします。医師に聞きたいことがなどがありましたら、担任の先生にお知らせ下さい。



薄着で元気!

薄着していると、冷たい外気が刺激となって、自律神経などの神経系全体が活発に働くようになります。体温調節機能も高まるので、かぜをひきにくく、寒さに対する抵抗力が強い体になれるというわけです。

また、薄着は運動能力の発達を促すともいわれます。もこもこ着込んでいては、動きにくくて活動的になれませんね。かぜに負けず、元気に体を動かしてあそべるよう、薄着を習慣づけていきましょう。



花巻市では「こどものためのインフルエンザ予防接種費用助成」があります。平成21年4月2日から令和6年4月1日生まれの方が対象です。申請期間は12月6日(オンラインは11月29日)までです。2回まで利用可能で、ご希望の方は花巻市保健センター予防推進係へ申請して下さい。予防接種後は、園にお知らせくださいね。

《感染症予防のために》これからの時期、いつも以上に手洗うがいを心がけましょう。また、鼻をかむときも自分で始末ができるようにポケットにハンカチ・ティッシュが入っていると安心ですね。なくさないように記名も忘れずをお願いします。

9月の罹患状況

・熱	3名	・咳、喉、鼻水	8名
・胃腸炎	1名	・腹痛	1名
・マイコプラズマ感染症	1名		
・体調不良	5名	・その他	3名
・通院	1名	・入院	1名

10月10日は 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歳ごろといわれます。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が難しいものです。気になる様子が見られたら、眼科を受診しましょう。目の異常は、早く発見して早く治療することが大切です。

こんなときは心配です

- 目を細めて見る
- 片目で見える
- 顔を傾けて見る
- まぶしがる
- いつも涙ぐんでいる
- まぶたが下がっている

