

ながらこども園  
令和6年9月30日  
発行

# 10月の ほけんだより

朝夕は涼しさが感じられるようになってきました。これから戸外で活動する時間が増え、子どもたちの体力がぐんぐん伸びる時期でもあります。睡眠・朝食をしっかりと、日中はたくさん活動するといった基本的な生活習慣を身につけ、寒さやウイルスに負けない丈夫な体をつくっていきましょう。

看護師 萩原

## 視力検査・内科健診のお知らせ

10/9(水) 視力検査 4歳児のみ

看護師が視力表を用いて検査を行います。  
事前に問診票の記入・提出にご協力をお願いします。

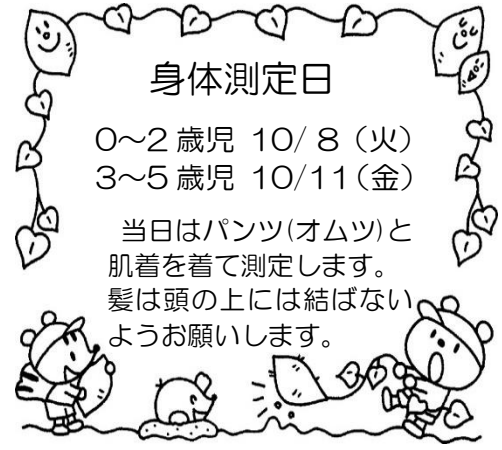
10/16(水) 内科健診 全園児対象 (聖光会病院 齋藤先生)

当日欠席された場合は、後日指定された日時に聖光会病院で健診を行います。その場合は保護者の同伴が必要になりますのであらかじめご了承ください。

## 身体測定日

0~2歳児 10/8(火)  
3~5歳児 10/11(金)

当日はパンツ(オムツ)と肌着を着て測定します。  
髪は頭の上には結ばないようお願いします。



## 10月10日は 「目の愛護デー」です 👁️

生まれた時は明暗を感じる程度の子どもの視力が、大人なみの1.0位になるのが、6歳ころといわれます。子どもは視力に異常が生じて、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。

- 頭を左右どちらかに傾げる、顔を左右どちらかに回す  
あごを上(下)げる
- 目(視線)が内側に寄っている、外側に外れている
- 目を細めて見る
- 極端に近づいて見ようとする、TVに近づいて見る
- ものを近づけて見る
- 上目づかい(下目づかい)でものを見る
- まぶたの形(大きさ)に左右差がある
- 屋外に出ると非常にまぶしがる・嫌がる
- 瞳の中央(奥の方)が白く光る



強い屈折異常(近視・遠視・乱視)、屈折度の左右差や斜視があると目の正常な発達が行われず、よい視力が得られない、弱視という病気になってしまいます。弱視は、小学校に入学してから発見されてもあまりよい治療効果が期待できません。発見が早ければ、弱視の発生を防止でき、治療効果は高くなります。

## インフルエンザの 予防接種が始まります

9月末に町からご家庭に予診票が送付されます(町に住民票があるお子さんのみ)。お手元に届いたら内容をよく確認し、流行前に接種を済ませましょう。

インフルエンザは任意接種になりますが、園では重症化や集団感染を防ぐため接種をお勧めしています。

アレルギーのあるお子さんは主治医とよくご相談ください。



### ●○お願い○●

新型コロナウイルス感染症・インフルエンザ・溶連菌等、検査を受けた場合は、結果が陰性の場合でも、園に連絡をくださるようお願いします。