



令和3年10月 1日
認定こども園 白梅幼稚園
看護師 田原 由紀子

10月10日は目の愛護デー

2つの10を横に倒すと、眉と目の形に見えることから、目の愛護デーといわれ、目の健康について考える日とされています。

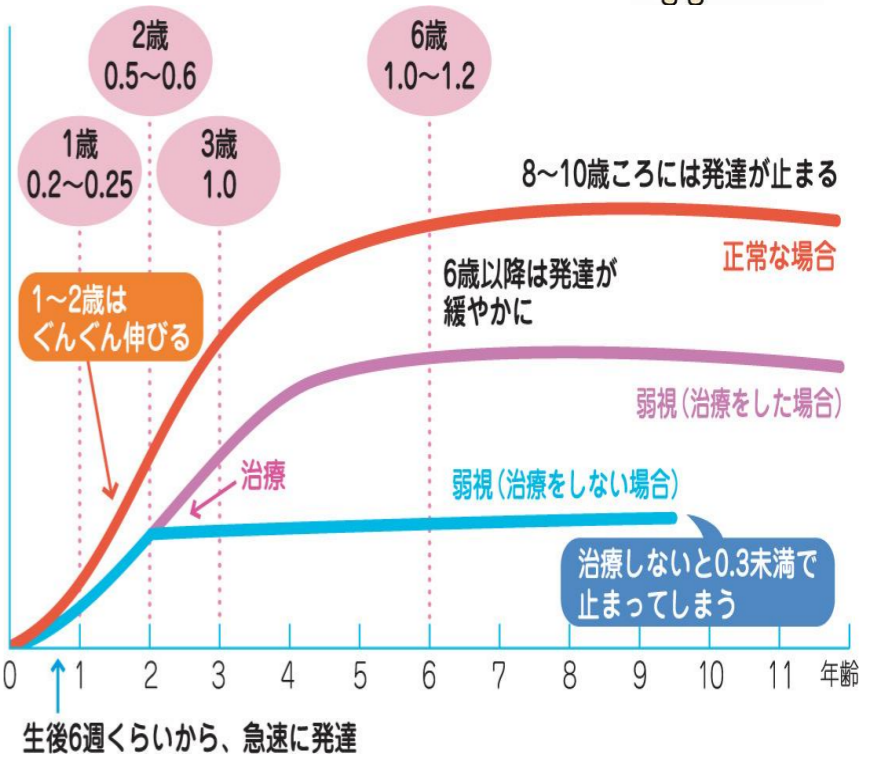


昼間はまだ汗ばむ日もありますが、朝夕は肌寒くなってきましたね。布団も洋服もそろそろ衣替えの季節です。この季節は風邪を引きやすいので、体が冷えてしまわないようにきちんと下着を着て、上着などで体温調節をしましょう。秋の栄養豊富な食べ物・旬の食べ物をたくさん食べて、「風邪をひきにくい体づくり」をしていきましょう。



視力の発達に重要な幼児期

生まれたばかりの時は0.01くらいだった視力は、生後6週間頃からぐんぐん発達し、5歳で1.0以上になります。その後の発達は緩やかになり、8~10歳くらいで完全に止まってしまうため、幼児期に、何らかのトラブルで視力の発達が上手くいかなかった場合、その後の視力を伸ばすのは難しくなってしまいます。日ごろから、お子さんの目の様子を見ておき、「気になるな…」と思うことがある場合は、早めに眼科を受診し、相談してみることをお勧めします。



- こんな時は早めに相談を
- テレビや絵本に近づいて見る
 - 目を細めて見る
 - 屋外で眩しそうにする
 - 頭を傾けて見る
 - 斜めや上目遣いに物を見る
 - 目つきが悪い、視線が寄っている

「見る力」を育てるポイント

- ★広い空間で体と目を動かす機会を
全身運動で体を動かすことは、眼球、視神経・脳の発達を促します
- ★テレビやゲームは時間を決めて
テレビは正面からみましよう
いつも横目で見てみると、視線や視力に左右差が出てくる場合があります
スマホやゲームなど狭い範囲の画面を見続けることは、目の負担が大きいため、乳幼児は避けましよう
- ★明るさ、暗さのメリハリのある生活を
日中は光を浴びて過ごし、夜は暗くして眠りましよう
- ★いろいろなものを見る体験を
止まっているもの・動いているもの、小さなもの・大きいもの、遠くにあるもの・近くにあるものなど
いろいろなものを「見る体験」が目に良い刺激になります



衣替えの季節です

～薄着で、動きやすい服装での登園をお願いします～
朝夕の風が涼しくなり肌寒い朝が増えてくると、ついつい子どもに厚着をさせたくくなりますね。しかし、この時期に薄着の習慣を付けておくと、風邪を引きにくい体になります。“大人より1枚少なめ”を目安に、薄手の衣服を重ねるなどして、上手な体温調節を行いましよう。また、部屋の中では汗をかきやすいため、もう暫くは半袖で充分です。外気温が低い時や、散歩の時に調節出来るよう、薄手の上着と、お着替えバッグの中身も、長袖と半袖の両方の準備をお願いします。



秋の内科健診のお知らせ

日時： 10月 13日 (水曜日) 14:10~
対象： 2号こども・3号こども

- ・帰りのバスは13:00発になります。
 - ・内科健診は、14:10~15:00の予定です。
 - ・長い髪の毛は、ゴムで結んで登園をお願いします。
 - ・医師よりお知らせがあった園児のみ、後日、結果をお伝えします。
 - ・体調不良以外は、できるだけ出席をお願いします。
- (健診当日に病気などで欠席の場合は、保護者の方できむら医院を受診して頂きます。後日、「受診票」をお渡しします。)

ブラッシング指導のお知らせ

そう組とくま組の園児は、宇城市の歯科衛生士さんによる「ブラッシング指導」が、下記の日程であります。

10月 6日 (水) くま組
10月18日 (月) そう組

むし歯予防と歯みがきのお話
染め出し・ブラッシング指導

- ・汚れてもよいフェイスタオル (34×84 cm程度の物)
- ・手鏡 (大きすぎず直径 10 cm程度) の準備をお願いします。

※タオルと手鏡は、事前に持って来て頂く日をハグノートでお知らせいたしますので、ご確認ください。
※当日は、歯ぶらしと うがいコップも忘れずに

9月の感染症報告

手足口病 1名
*熊本県内での「手足口病」の報告は警戒レベルとなっています。全国の報告件数も増加傾向ですので、今後も注意が必要です。
*病院受診をして、医師から感染症の診断があった場合は、幼稚園へ連絡をお願いします。

10月の身体測定

10/1 (金) りす・あひる
ひよこ
10/4 (月) うさぎ
10/5 (火) くま
10/6 (水) そう

