



スポーツの秋、収穫の秋、食欲の秋……。子どもの体力もぐんと伸びる時期です。楽しい経験を通して、健康な体をはぐくんでいきたいと思います。

< 10月の保健行事 >

★内科検診

8日(水)たんぼぼ組、れんげ組 15日(水)もも組、すみれ組 22日(水)もも組・さくら組

※当日は着脱のしやすい服、長い髪は結びましょう

※お子さんのことで気になることがあれば、事前に担任までお伝えください

★目の指導

★うんちについての指導(調理の先生と一緒に話します)

※指導はすみれ組～さくら組で行います♪



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、子どもの目がもっとも育つ時期。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ょう。



テレビやゲームは時間をきめて

テレビは正面からみるようにしましょう。また、携帯ゲームなど狭い範囲の平面画面を見続けることは目の負担になるので、乳幼児は避けましょう。

どんな働きをしているのかな？

●まゆげ

おでこから流れる汗が目に入るのを防ぐ

●まぶた

とっさの時、閉じて目を守る

●まつげ

目にゴミやほこりが入るのを防ぐ

●ひとみ

目に入る光の量を調整する

～視力検査結果について～

視力検査の結果をご確認いただき、受診された方は園まで受診結果を提出していただきますようお願い致します。

例	発症日	発症後5日間（登園停止期間）					発症後5日を経過		
	0日目	1日目	2日目	3日目	4日目	5日目	6日目	7日目	8日目
発症後 1日目に 解熱した 場合		解熱 	1日目 	2日目 	3日目 		登園OK 		
発症後 2日目に 解熱した 場合			解熱 	1日目 	2日目 	3日目 	登園OK 		
発症後 3日目に 解熱した 場合				解熱 	1日目 	2日目 	3日目 	登園OK 	
発症後 4日目に 解熱した 場合					解熱 	1日目 	2日目 	3日目 	登園OK

～インフルエンザの流行する季節が近づいてきました～

子ども（13歳未満）に予防接種する場合、1回目の予防接種をしてから2回目の接種まで2～4週間あける必要があり、最もインフルエンザの予防効果が高くなるのが2回目の接種後の1ヶ月後位と言われています。予防接種の時期は10月～12月中旬までが推奨されていますのでかかりつけの病院へ相談してみてください。

< 風邪症状に気を付けましょう >

1日の寒暖差があり、体調管理が難しくなる季節ですが、保育園でも鼻水や咳が出るお子さんが増えてきました。これから冬に向けて呼吸器系の感染症が流行りやすくなってきます。

★RS ウイルス

症状：発熱、鼻水

重症になると咳、ゼーゼー、ヒューヒューという呼吸がする
(年齢が低いほど重症化しやすい)

潜伏期間：2～8日間

★インフルエンザ

症状：高熱、咳、頭痛、関節痛

潜伏期間：1～4日間

★マイコプラズマ肺炎

症状：乾いた咳、発熱

幼児期から学童期が多い

潜伏期間：2～3週間



いずれも飛沫感染・接触感染を起こします。手洗い・消毒・マスクをしっかりと行い、予防に努めましょう！