

ほけんだより 10月

あすなろ第2保育園

気候も穏やかになり、スポーツの秋・食欲の秋・読書の秋などなど秋の楽しみがたくさんありますね。

季節の変わり目で気温の寒暖差も体にこたえる時期。お子さまもうまく言葉にはできないかもしれませんが、疲れがたまっているのかなと感じられる場面も見受けられます。

早寝、早起き、朝ごはんの生活リズムを整え、元気に保育園生活を過ごせると良いですね。

☆9/26 より新型コロナウイルス感染症と診断された方への対応が変わります。9/28 配布分の市役所からのお便りをご参照ください。

10月10日は 目の愛護デー



10月10日の目の愛護デーとは、目の健康を守るために制定された記念日です。10月10日というのは、下記のイラストの通り、10を横にすると眉と目に見えるという説があります。

10月10日 → 10 10 →

一度目が悪くなる（視力が下がって見えにくくなる）と、なかなか思うように目はよくなりません。そのため、目が悪くならないように今から気をつけていくことが大切になります。

現代の子にとって、スマホやタブレットなどのデジタル機器は、「日常的に使用するもの」となっています。日常生活でスマホやタブレットに触れる中で、気づかないうちに子どもの眼に大きな負担がかかっている可能性があります。

スマホやタブレットの使用時間制限をしたり、30分ごとに10分休憩をするなどのお約束をしましょう。また、だんだん色づいていく山の景色をゆっくり眺めて楽しんでほしいですね。

お知らせ

内科健診があります

10/27（木）午前中に全クラスのお子さま対象です。当日受けられない場合は、後日個別受診が必要となります。（詳細は個別にお知らせします）

見え方検査をします

れんげ組・さくら組のお子さまが対象です。結果は後日お知らせします。見え方が心配なお子さまは早めの眼科受診をおすすめします。

浜山中学校区でダウンメティアの一斉取り組みがあります

すみれ組・れんげ組・さくら組のお子さまが対象となります。詳細は後日お知らせします。

