



ほけんだより 10月号



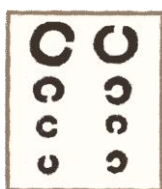
2025年9月30日
企業主導型保育所
OURS baby
保健課

朝晩は涼しくなりましたが、日中は夏のように暑い日もあります。0.1.2歳児は、まだ体温調整が苦手です。上着などで調整していきましょう。しっかり食べて、たくさん遊んで、たっぷり眠る。規則正しい生活リズムの中で、寒さに向かう体力をつけましょう。

10月10日は 目の愛護デー



子どもの目は毎日発達していて、両目の視力機能は6歳頃にほぼ完成と言われています。その後に視力が低下するのは、幼い頃の姿勢や体の動かし方が関係しているそうです。自然の中で十分に遊ばせ、外の景色をたくさん見せることでお子さまの視力を育てていきましょう。



こんな見方は危険信号！

- ・テレビや絵本に近付いて見る
- ・明るい戸外でまぶしがる
- ・目を細めて見る
- ・上目遣いに物を見る
- ・目つきが悪い、目が寄っている
- ・見る時に首を曲げたり、頭を傾けたりする

このような症状が見られると斜視や弱視の可能性が考えられます。子どもは視力が悪いことを自覚できないため、上記のような症状がないか普段から気にかけて見るようにしてください。

お知らせ



インフルエンザワクチン接種について

今年度もインフルエンザワクチン接種を行います。先日お渡しした書類をご確認してください。接種希望の用紙を提出されたいない方は、10月2日まで提出をお願いいたします。ワクチン接種は下記の日程です。

- ・1回目：10月23日（木）（注射のみ）
- ・2回目：11月20日（木）（注射・経鼻）

当時予診票の持参を忘れずをお願いします。

内科健診のお知らせ

11月28日（金）内科健診です。

時間：15時～

よろしくお願いいたします。

秋かぜに注意

秋は気温差が激しいため、かぜを引きやすくなります。ご家庭では背中を触るなどし、汗をかいているようなら衣服を取り替えてあげましょう。また、手洗い・うがいをこまめに行う習慣を付け、規則正しい生活でウイルスを寄せ付けないようにしましょう。

