



ほけんだより

～すくすくげんき～

視力測定

幼児クラスを対象に視力検査をおこないます。

- 🌸ねこ組・・・10月19日(水)
 - 🌸とら組・・・10月20日(木)
 - 🌸らいおん組・・・10月21日(金)
- 視力検査の結果はA、B、C、D段階でお知らせします。
 A⇒視力1.0以上
 B⇒視力0.9-0.7
 C⇒視力0.6-0.3
 D⇒視力0.3未満

園でおこなっている視力検査は天候や疲れ具合、集中力に左右されるためあくまでも目安としてお考え下さい。

更新になります!!

乳児医療証が10月1日に更新になります。健康保険証については新しい乳児医療証と合わせて両方コピーをし、先日配布した用紙に貼付をしていただき、電話番号の記入もお願い致します。10月3日までをお願いします。

前回お預かりした保険証のコピーはこちらでシュレッダーにかけさせていただきますのでご了承ください。よろしくお願い致します!

健診のお知らせ

全園児健診が10月27日(木)(12時頃～)にあります。当日は可能な限り出席をお願いいたします。

何かご質問や気になることがある方は、看護師もしくは担任までお知らせください。



9月の健康状況

- ★新型コロナウイルス感染症・・・13名
 - ★手足口病・・・19名
 - ★RSウイルス感染症・・・11名
 - ★ヘルパンギーナ・・・1名
 - ★アデノウイルス感染症・・・1名
 - ★ヒトメタニューモウイルス感染症・・・1名
 - ★突発性発疹・・・1名
- ※10月に入るとインフルエンザワクチン接種の予約ができる病院が多いのでかかりつけ医に相談してみましょう!

視力の発育について ～早期発見・早期治療が大切です～



ちゃんと見えているかな?

▶ 当てはまるものがあれば受診して! ▶

視力の発達にはタイムリミットが

赤ちゃんや就学前の子どもは、0.2程度の視力があれば、不便なく日常生活を送れるため、多くの保護者は子どもの視力不良や、片目の視力だけが弱いことに気づきにくいといわれています。しかし、視力が発達するのは6～8歳まで。その年齢まで見えにくい状態を放置しておくと、眼鏡をかけても視力が出ない「弱視」になってしまいます。気になることがあれば3歳児健診を待たずに受診して、早期発見・早期治療をすることがとても重要です。

物を見るとき、左右どちらかに頭を傾げる、顔を回す、あごを上げる(下げる)	片方の目(視線)が内側に寄っている	片方の目(視線)が外側に向いている
目を細めて見る	上目づかい(下目づかい)で物を見る	極端に近づいて見ようとする
屋外で異常にまぶしがる・いやがる		まぶたの形(大きさ)に左右差がある
		瞳の中央(奥の方)が白く光る

一緒に歩けばいいこといっぱい

歩くことで育つ子どもの体と心

車や電車、バス、自転車、ベビーカーなど、移動手段の便利さと引き換えに、子どもの歩く時間が減っています。そのため、運動能力に大きな影響を与える「土踏ます」が作られないまま成長する子どもの数も増えています。歩くことは子どもの骨や筋肉を強くするだけでなく、足裏への刺激によって脳の血流も活発にします。歩くことの効果やメリットを知り、子どもと一緒に「歩く」ことをぜひ意識してみてください。

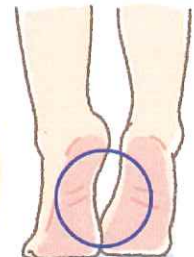
公園まで歩こうね

「あそこまで歩こう」などとゴールを決め、励ますことで、がんばる気持ちも育ちます。



歩くことの効果

- 骨や筋肉を強くする
- 脳の血流をよくする
- ストレス解消
- 安眠
- 肥満防止



土踏ますぐしっかりある足は、健康な足!