



10月のほけんだより



2021年10月1日
南ヶ丘こども園
看護師：金森光代

緊急事態宣言は解除されましたが、第6波も来ると予想されています。今後も、気を緩めずに今までと同様に、手洗い、マスク着用、三密を避ける、換気などの感染症対策を続けましょう。

【子どもたちの様子】

鼻水、咳の子が増えてきています。熱でお休みする子も出てきています。ほとんどは風邪の診断です。

【お願い】

園児に、発熱、倦怠感、のどの違和感、咳、鼻水、嘔吐、下痢などの風邪症状があり、普段と体調が少しでも異なる場合は、登園せず、早めの受診を行い、軽減するまで家庭保育をお願いします。

同居の家族に、同様の症状がみられる場合も、登園を控えてください。PCR検査や抗原検査を受ける場合、速やかに園に連絡して、また、結果も必ずお知らせください。保育時間外の場合は、園の携帯へ連絡をしてください。

送迎は、お子さん一人につき大人1名で速やかにおかえりください。

10月10日は 目の愛護デー



生まれたときは明暗を感じる程度の子どもの視力が、大人並みの1.0くらいになるのが、6歳ごろと言われます。子どもは視力に異常が生じて、自分で症状を訴えることは難しいこと。気になる様子が見られたら、眼科を受診しましょう。

こんなときは心配です

- 目を細めて見る ●片目で見ると
- 顔を傾けて見る ●まぶしがる
- いつも涙ぐんでいる
- まぶたが下がっている



インフルエンザ予防接種の シーズンです

- 子どもの場合は、1シーズン2回接種が標準です。接種してから、2週間以上たないと効果が現れないので、接種するかは、12月の流行期に入る前に済ませるようにしましょう。ただ、アレルギーのあるお子さんの場合、受けられないこともあります。医師とよく相談してください。



足に合った靴で 元気にあそぼう！

すぐに成長するからと、つい、合わない靴をはかせていませんか？靴が足に合っていないと、不自然な足の使いかた、歩きかたのまま足が育つこととなります。成長著しいこの時期こそ、適切な靴選びが重要なのです。再度見直してみましょう。

つま先にゆとりがある

理想は5mm。すぐに成長することを考え、5～9mmのゆとりがあるものを。指が自由に動かせるように、つま先が広がって厚みがあることもだいじ。

調整ベルトがついている

足を固定し、足と靴を一体化させる。



柔らかく、クッション性のある靴底

足の動きにフィットする柔らかさと、地面からの衝撃を和らげるクッション性が必要。