



ほけんだより

令和6年9月30日
学校法人若草学園
認定こども園湯沢若草幼稚園

厳しい暑さも和らぎ、徐々に過ごしやすい日が増えてきました。
● 天気の良い日は戸外での活動を取り入れて、ゲームやテレビなどをお休みする日を設けてはいかがでしょうか？



服のサイズは大丈夫かな？

10月は衣替えの季節です。衣替えと一緒に、衣服のサイズをチェックして、小さくなっていないか、確認をお願いします。

ズボンの裾が長いと、転倒してしまうことがあります。また、しゃがんだ時にお尻や太もものあたりがきつくないか、腕をあげたときに、きつくないかなど、お子さんが元気に遊んだり、活動したりすることができるように確認をお願いします。

ズックのサイズはどうかかな？

すぐに成長するからと、つい大きい目のズックを履かせていないでしょうか？

合わないズックを履いていると、転倒やケガの原因になったり、子どもの成長の妨げとなったりすることもあります。足にしっかり合ったズックを選びましょう。

<チェックしてみましょう>

- ① つま先にゆとりがあるかな？
- ② 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あるかな？



10月10日は、「目の愛護デー」

赤ちゃんの目は、生後すぐにはぼんやりとしか見えていませんが、外界(見るもの、感じるものすべて)が光刺激となって、毎日休まず発達していき、視力は6歳ごろに、ほぼ完成するといわれています。

ところが、近視、遠視、乱視や斜視があると、目の機能の発達が遅れ十分な視力が得られないことがあります。こうした異常は早く見つけ、正しい指導や治療を受けることが大切です。

子どもは視力が悪いことを自覚できないため下記のような症状がないか、普段から気にかけてみるようにしましょう。

こんなサインに注意

正面から「見る様子」をチェックしてみてください

- 戸外に出たときに明るさをまぶしがる
- 頭を傾げる
- 目を細める
- 横目で見る
- 片目をつぶってみる
- 片方の目の焦点が合わない



9月は溶連菌感染症に罹患したお子さんがおりました。

また、発熱や鼻汁、嘔吐、下痢などの風邪症状でお休みするお子さんや虫に刺されて赤く腫れたり、水ぶくれになってしまったりするお子さんもいました。

季節の変わり目は、体調を崩しやすい時期でもあります。また、秋から冬はインフルエンザや、感染性胃腸炎の流行しやすい季節です。うがい、手洗い、衣服の調節などをして、感染症を予防していきましょう。

