



ほけんだより 10月



平成 29 年 10 月 2 日
青梅みどり第二保育園

朝夕ひんやりしてきました。でも、日中は体を動かすと汗ばんできます。厚手のもの 1 枚より、薄手のものを重ね着して調節するようにしましょう。

夏の間元気いっぱいだった幼児クラスの子どもたちが、9月に続々お休みしました。はっきりした感染症の情報はありませんが、規則正しい生活、手洗い、うがいを心がけていきましょう。また、みずぼうそうのお友達もちらほら出ています。みずぼうそうは、麻疹、風疹、インフルエンザなどと同様登園停止になる病気です。予防接種をうけていても罹る場合もあります。ご協力をお願いします。



10月の保健行事

3日(火) 乳児体測

5日(木) 全園児健康診断

12日(木) 幼児体測

*5日(木)の全園児健康診断は欠席しないようにお願いします。

<子どもの靴の選び方>

お子さんの靴のサイズ、どんな基準で選んでいますか?ピッタリそれとも大きめ?ある調査で、3割くらいの幼児が自分の足より小さい靴を履いていたという結果が出たそうです。小さすぎる靴やぶかぶかの靴は、成長段階の子どもの足の発達を妨げる原因になります。子どもは、12歳くらいまで足の感覚が発達していないので、きつくても痛いと感じないため注意が必要です。子どもの足を丈夫に育てるには、しっかりと土踏まずをつく



ること。そのためにも子どものうちから足の成長にあわせて

- ① かかとがフィットしている。
- ② つま先に 0.5 cm くらいのゆとりがある。
- ③ 親指の付け根部分で曲がるもの。 を選びましょう。



10月10日は目の愛護デーです。お子さんに本を読み聞かせてあげるとき、寝転がっていませんか?寝転がって本を読むのは、視力低下の原因にもなります。本は起きて読みましょう!