ほけんだより 10月

2025年10月1日
いちご保育園
看護師　佐々木

10月の保健行事予定

10日(金)●身体測定
15日(水)●乳児健診(0歳)
　　●内科健診(2歳)

＊他のクラスのお子さんも気になることや園医に相談がある場合には、当日一緒に診てもらえますので前日までにお知らせください。

10月１０日は

近年、電子化が進みスマホなしでは生活が難しい時代となっています。子どもたちもテレビを見るよりも、スマホやタブレットなどで動画をみることが多くなったと感じています。エンドレスで見ることができる動画は、大人が時間制限を設けてあげないと、子どもたちはずっと見続けてしまいます。30分に1回は休憩をとり、長時間見せないようにしましょう。寝る前に画面を見ると睡眠にも影響しますので、寝る2時間前には電子機器をOFFにしましょう。

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

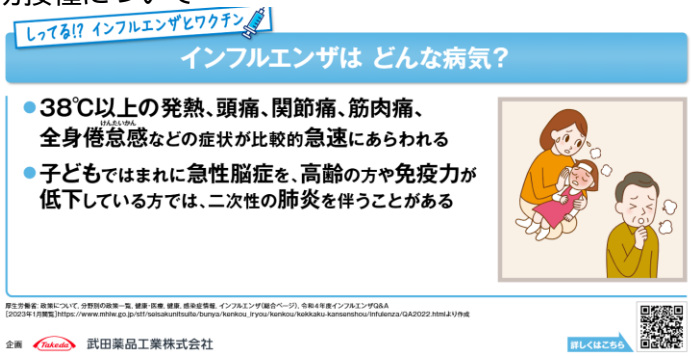
気になる症状がある場合はお医者さんに診てもらいましょう。

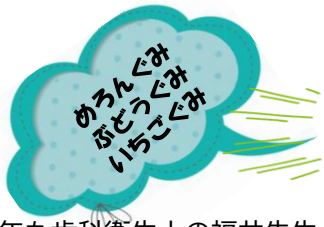
園からのお願い

＊新しい乳児医療証のコピーの提出がまだの方は、提出をお願いします。
＊鼻水や咳が出始めたら、中耳炎予防のためにも、早めにお医者さんにかかりましょう。
＊原因不明の発疹がある時は、受診してからの登園をお願いします。

インフルエンザと予防接種について

今年もインフルエンザの予防接種の時期が近づいてきました。予防接種は、発症を抑え、肺炎や脳炎などの合併症を防ぐ重症化防止効果があります。6ヵ月～13歳未満は2回接種です。すでに予約が始まっている病院もありますので、受ける方は早めに検討しましょう。





幼児クラスに歯科指導がありました

今年も歯科衛生士の福井先生と園医歯科のよりこ先生が、はみがきの大切さと磨き方を教えに来てくれました。お忙しい中、アンケートのご協力ありがとうございました。

めろんぐみ、ぶどうぐみは歯みがきの大切さのを知るパネルシアターとクイズを楽しみ、いちごぐみはその後、実際にはぶらしを手に持って「こんにちは」「さようなら」の磨き方や、６歳前後で生えてくる奥歯について教わりました。

＜虫歯を作らない３つのお約束＞
①食べたら磨く
②甘いものは少しにする
③好き嫌いしない

どのクラスも集中して聞いていました。はみがきは、仕上げ磨きが大切ですので、引き続きおうちでもしっかり磨いてあげましょう。
次回の全園児歯科健診は、１１月１４日（金）を予定しています。