



ほけんだより 10月

2023年10月2日

大宮みちのご保育園

暑い夏がようやく落ち着き、朝晩過ごしやすい季節となりました。一日の気温の差が大きいと体調を崩しやすくなります。今夏は新型コロナウイルスだけでなく、季節外れのインフルエンザ、手足口病、プール熱（アデノウイルス）、RS ウイルス、感染性胃腸炎が流行しました。夏冬関係なく感染症が流行しているため、手洗い・うがいや必要に応じたマスクの着用、咳エチケットなどは継続し、自分でできる予防が子どものころから身につくように園でも取り組んでいきます。引き続きご協力をお願いします。

運動会や園外保育などで普段よりも運動量が増えます。
自分で脱ぎ履きができる、動きやすい靴を履いていますか？



子どもの靴の選び方



子どもの靴を「すぐ大きくなるから」と大きめのサイズを選んでいませんか。靴選びは健康のためにも大切です。以下を参考に、子どもの足に合った靴を選びましょう。



健康診断があります

10月26日 内科健診

11月1日 歯科検診

当日はお休みしないように、
ご協力ください



目の愛護デー

10月10日は目の愛護デーです。小さいときからスマホやタブレット、テレビなどの画面を見ることが多いので、目を休ませることも必要です。睡眠をしっかりとる、広い場所で遊び遠くを見るなど、目の疲れを取る工夫をしましょう。

インフルエンザ予防接種のお願い

インフルエンザは現在も流行していますが、ワクチン接種は10月からになります。例年では12月から2月頃にインフルエンザが流行します。集団生活の場である園では予防接種をできるだけ受けていただくようお願いしています。13歳未満の子どもは2回接種です。年内には接種が終わるよう、かかりつけ医に相談してください。接種をしたら担任にお知らせください。

