



10月 ほけんだより

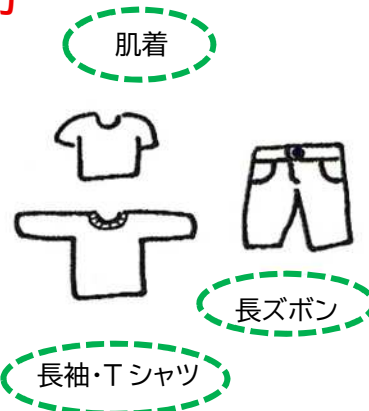
こども未来局
保育・子育て推進部

令和8年10月1日
上麻生保育園

10月に入り秋らしい風を感じられるようになりました。これから食欲の秋！運動の秋！モリモリ食べて、たくさん園庭で体を動かして楽しみたいですね。

安全で動きやすい服の選び方

- ・ 動きやすかつ体温を調節しやすい服装とは。
セーターやトレーナーなど厚手の服を1枚着るよりも、肌着（半袖もしくは、袖なし）に長袖もしくは半袖 Tシャツ等の薄い服を2枚重ねて着る方が空気の層ができて暖かく、動きやすいです。
- ・ フードやひも等がなく、体にあった服を選びましょう。
走ったり、飛び跳ねたり、よじ登ったり、活発に動き回る子どもの服にひもやフードが付いていると周囲の隙間や凸凹に引っかかり、転倒や窒息など事故になるおそれがあります。



参考資料：経済産業省「子ども服のひもの安全規格 JIS L4129」

10月10日『目の愛護デー』

6～8 歳ころに大人と同程度の立体視が獲得され、視機能の発達がほぼ完成します。TV やゲームは、時間のルールを決めて行いましょう。日常でできるケアとして、外遊びで遠くを見る機会を増やす(1日15～20分)でも効果があります。

<こんな様子はありませんか？>

- ・ 目を細めたり、横目でテレビを見ようとしている。
- ・ 首を傾けてものを見たりする。
- ・ 顔を近づけて本を見ている。
- ・ まばたきが激しかったり、目やにが出ている。

※日頃のお子さんの様子で、少しでもおかしいと思ったら、早めに眼科を受診しましょう。



10月22日(木)9時30分から歯科健診があります。

永島歯科医院(千代ヶ丘)の永島先生が来園されます。

- ・ 歯科健診時フェイスタオルを頭に敷いて行いますので、当日1人につき1枚持参してください。(フェイスタオルには名前を書いてください)
- ・ 当日は念入りに歯みがきしてから登園しましょう。
- ・ お子さんの歯について質問や相談等ありましたら、前日までにメモを担当にお渡しください。
- ・ 保護者と一緒に健診をご希望の方も、前日までに連絡をお願いします。



フェイスタオル
(約33cm×80cm)
名前_____

イラスト出典：メイト

引用：日本眼科医会ホームページ・全国保育園保健師看護師連絡会 保健だより実例集3(販売終了)より