

こども未来局
保育・子育て推進部

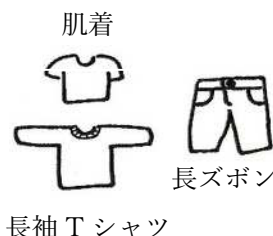
令和8年10月
高石保育園

昼間は暑くても朝夕の風に涼しさを感じる季節になりました。これから本格的な秋になります。秋は食欲の秋！運動の秋！9月は長雨が続きで外で遊べない日が多かったので、10月は園庭でたくさん体を動かして楽しめるといいですね。

安全で動きやすい服装の選び方

・セーターやトレーナーなど厚着をすると動きにくいので、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、体格に合わせた小さすぎない服を選びましょう
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すか？>

- ・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。

インフルエンザの予防接種が はじまっています！

今年はインフルエンザの流行が全国的に例年より早く始まりました。早期の流行期入りを受け、川崎市では定期予防接種を9月24日から実施しています。感染予防対策をして元気に過ごしましょう！

予防接種を受けた日は

接種部位は清潔に保ち、こすったりしないようにしましょう。
発熱、倦怠感などの症状がある場合は再受診も必要です。激しい運動は避けて、体調の変化がわかるように、静かに過ごしましょう。