



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
藤崎保育園

安全で動きやすい服装の選び方

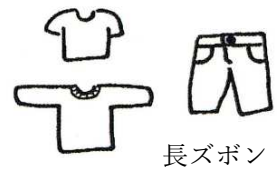
- ・セーターやトレーナーなど厚着をすると動きにくいです。

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。

肌着

- ・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。



長袖Tシャツ

長ズボン

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歳くらいまでは視力が育つ大切な時期です！

テレビやゲームは、時間のルールを決めて行いましょう。また、外で遊ぶことは目の発達にとって良いことです。

<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。

引用：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）

イラスト出典：メイト



10月園医健診



9日（金）たんぽぽ組・すずらん組

感染症状況

- ・突発性発疹
- ・マイコプラズマ肺炎
- ・インフルエンザA

◆鼻水や発熱などの症状がみられるお子さんが
増えています。また、アレルギー症状が出ている
お子さんもいます。症状があるときは早めに受診し、
十分な休養をとるなど、早めの対処を心がけ
ましょう。

インフルエンザの予防接種について



10月からインフルエンザの予防接種が開始となる
病院が多くあります。

昨年度はインフルエンザが大流行し、小児の重症
例の報告も多くなりました。園医より、重症化予防の
ためインフルエンザ予防接種が有効であると同って
おります。予防接種については、主治医と相談してご
検討ください。