



こども未来局
保育・子育て推進部

令和7年10月1日
河原町保育園

秋の季節を迎え、暑さがようやくおさまって過ごしやすくなりました。季節の変わり目は、風邪や胃腸炎など、体調を崩しやすい時期です。寒暖差で体調を崩さないように、体調管理に気をつけて過ごしましょう。

10月10日は 目の愛護デー



☆乳幼児の視力の発達

うまれてすぐ 視力 0.01

明るい、暗い程度の認識



1歳 視力 0.2



立体に見る力、動くものを見る力
など、視覚が急速に発達します

3歳 視力 0.8~1.0

大人とほぼ同じくらいまで
視覚が育ってきます。



☆目を大切に

- ・外遊びや散歩など、積極的に遠くを見る機会をつくりましょう。
- ・テレビを見たり、本を読んだりする部屋は、明るすぎたり、暗すぎたりしないように注意しましょう。
- ・テレビの視聴やテレビゲーム、携帯ゲーム等の使用を長時間しないで、眼を休ませましょう。
- ・栄養のバランスを考えた食生活を、心がけましょう。



健診などの視力検査の結果により、必要な場合は眼科専門医に相談しましょう。

足に合った靴を 履いていますか？

運動会、散歩、園外保育（遠足）など、動くことの多いこの時期、今履いている靴はお子さんの足に合っていますか？
きつい、ブカブカ、まめができたということはありますか？

足の骨が形成される時期に、足に合わない靴を履かせると、発達を阻害し、変形したり扁平足になったりします。その子に合った靴を履かせましょう。

9月 罹った病気

乳児クラス

RS ウイルス7名、肺炎1名

熱・かぜ症状17名、嘔吐1名

幼児クラス

溶連菌感染症1名、肺炎1名、

熱・かぜ症状20名、手足口病1名

下痢1名