



ほけんだより 10月号

こども未来局
保育・子育て推進部

令和8年10月 古川保育園

今年は残暑も長く、暑い日が続いていますね。でも、風は少し秋らしく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。

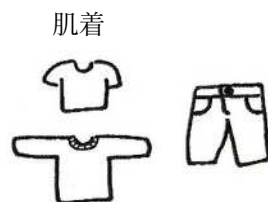
安全で動きやすい服装の選び方

・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。

・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ことも
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。



肌着
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!!

TV やゲームは、時間のルールを決めて行いましょう。



<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。

イラスト出典：メイト

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)

園医健診

10月1日(木)14:30～
ひよこ組・りす組



いつもがんばるママ&パパへ

金木犀(きんもくせい)の香りが心地よい季節ですね。

花言葉は『謙虚』。毎日一生懸命で、つい自分を後回ししてしまうママやパパ、いつも本当にお疲れ様です。登降園の途中などでこの匂いを見つけたら、『どこから香ってくるのかな?』とぜひ親子で探してみてくださいね。親子の優しい癒しの時間になりますように。