

2025年10月1日



ほけんだより



スマイリーハウス保育園

日中は暖かいと思っていても朝夕は急に冷え込んできたり、気温の差が激しく何を着たらいいのか戸惑ってしまう季節です。気候の変化に伴い体調を崩すことが多くなるのもこの時期ですが、寒いからとすぐに着込むのではなく、衣服を調節しながら丈夫な身体づくりを心がけましょう。

お風呂タイムで心ほっこり、肌しっとり

季節を問わず、心身の疲れをいやしてくれる“お風呂タイム” 子育て期間の中で、子どもと一緒に風呂に入る期間は短いものです。『今』を大切に、お風呂タイムを楽しみましょう！

◎ 清潔な状態を心地よいと感じる感性を育む ◎

体を清潔にしてから入眠する事で皮膚表面の雑菌の繁殖を抑え、寝具をより衛生的に使用出来る。＝ 風邪や体臭の予防につながる
感性が豊かな幼少期に清潔な状態を“心地よい”と感じる感性を育むことが豊かな育ちに繋がる



◎ 入浴剤は成分表示の確認を ◎

子どもは、肌のバリア機能が低い為、赤身や痒みの原因になることがあります。製品表示で子どもからの使用が推奨されているものを選びましょう。
入浴後の保湿も大切です！



◎ お風呂でゆったりコミュニケーション ◎

「今日はどうだった？」と子どもの話を聞いたり、パパやママがどんな1日を過ごしてどんなことを感じたのかを話すことで、子どもの世界も広がっていきます！



看護師より

- ★ 発熱やお腹の症状でお休みされるお子さんもおられました。気温の変化もあり、元気に遊べていても咳・鼻水の症状が続いているお子さんも多い状況です。寒暖差が大きい時は、免疫力も低下します。早めに受診することで、症状の悪化を防ぐことが出来ます。お子さんの体調の変化を見逃さないように…。予防が第一です！

10月の保健行事

9日（木）内科健診

13:00～

20日（月）身体計測



目の愛護デー ～ 見逃さないで！子どもの目の異常 ～



実は、こんなにいます！
目に異常を抱えた子どもたち！

およそ
50人に1人の子どもに
弱視が見つかります！



※矯正視力が 1.0 未満の視力が「弱視」

こんな行動をしていたら要注意！

CHECK 1

✓ 片目を隠すと
嫌がる



CHECK 2

✓ テレビとの
距離が近い



CHECK 3

✓ 物を見る時
片目が内側に
寄りすぎる



CHECK 4

✓ 目を細めたり
顔を傾けてみている



実は、正常に見えていないかも・・・
目の問題は、近視・乱視だけじゃない！

子どもに起きやすい「**弱視**」



おかしいかも？
と感じたら、すぐにお医者さんへ！

発見が遅れると、様々な影響が・・・

弱視は、脳の視覚情報を処理する分野にストレスが
かかり、集中力が出せないことがある



なんでも飽きやすい



本を読むのを嫌がる



勉強に集中できない

弱視の治療には、**タイムリミット**がある
※子どもの目の成長は、8歳まで・・・

3才頃から

早期発見

8才頃まで

