2026年10月1日

ほけんだより

バンビーノハウス保育園

夏の暑さも徐々におさまり、秋らしくなってきました。セミの鳴き声と入れ替わりにスズムシやマツムシの鳴き声が聞こえてくるようになりました。

秋は気温差が激しいため、風邪をひきやすくなります。手洗いや消毒をこまめに行い、規則正しい生活でウイルスを寄せ付けないように心がけましょう！

小さな子どもは「見る力」も育ち盛り

～ １０月１０日は「 目の愛護デー 」～

★ 目の発達はすごい！

- １歳までの間に急速に「 見る力 」が発達する
- ３歳頃になると、多くの子どもが物を立体的に捉えたり、動くものを見ることが出来るようになる
- ３歳以降も「 見る力 」は緩やかに発達し、６歳頃には大人と同じ程度まで見えるようになる

注

スマートフォンやゲーム機が広く普及している現代では、子どもの近視が増加している。

液晶画面など、過度に近くを見続けると、近視を促進させたり、内斜視を引き起こす可能性が高いと指摘されています。

家庭内で視聴時間等のルールを決めて楽しみましょう！

★ こんなサインに注意！正面から「 見る様子 」をチェックしてみましょう！

「 見る力 」は目から情報を取り入れ、脳で処理することを毎日繰り返して育っています。目に異常があると脳に情報が届かず「 見る力 」が育ちません。上記のような見え方の異常に気付いたら早めに眼科で相談しましょう！

看護師より

発熱や手足口病などでのお休みがありました。現在、インフルエンザＡ型にかかられているお子さんが数名おられます。

手足口病は、近隣ではまだ多く見られています。引き続き、感染予防対策をしっかり行っていきましょう。

１０月の保健行事

★内科健診

１０月１６日（金）　９時より

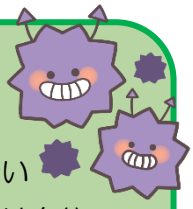
★身体計測

１０月１９日（月）

10月15日は「 世界手洗いの日 」～ 手を洗おう・手をつなごう ～

「 病気から身を守るもっとも簡単な方法 ＝ 石けんを使った手洗い 」を子どものうちから身に付けようと、ユニセフが取り組むプロジェクトです。
ウイルスや細菌から身を守る最もシンプルで効果的な習慣である「 手洗い 」。正しい手洗い習慣を身に付けて、健康を守っていきましょう。

○ ばい菌がする悪さ



私たちの生活には、目に見えないばい菌がたくさんいます。ばい菌は自分で動くことが出来ないので、手や咳・くしゃみなどに混ざって移動します。

○ こんな時は手を洗おう！

- 家に帰った時
- トイレの後
- 動物や昆虫に触った後
- ご飯を作る前
- 食事をする前

○ どうして手を洗わなくちゃいけないの？

知らない内に手に移動してきたばい菌は、目などから体に入って様々な悪さをしようとします。
ばい菌の病気を起こそうとする力が体の中にある体を守ろうとする力より強くなると、風邪を引いたり、お腹が痛くなったりと、具合が悪くなります。

正しい手洗いしてますか？

外から帰った後や食事やおやつの前には必ず正しい手洗いをしましょう。30秒くらいかけて、隅々までていねいに洗うことが大事です。3歳まではおうちの人の援助や見守りが必要です。

手洗いで大切なのは、ばい菌や汚れをしっかり落とすこと。溝やくぼみがある所や、物に触れるところは汚れやすいので気をつけましょう！