



# 10月のほけんだより



平成30年10月1日発行  
戸塚愛児園

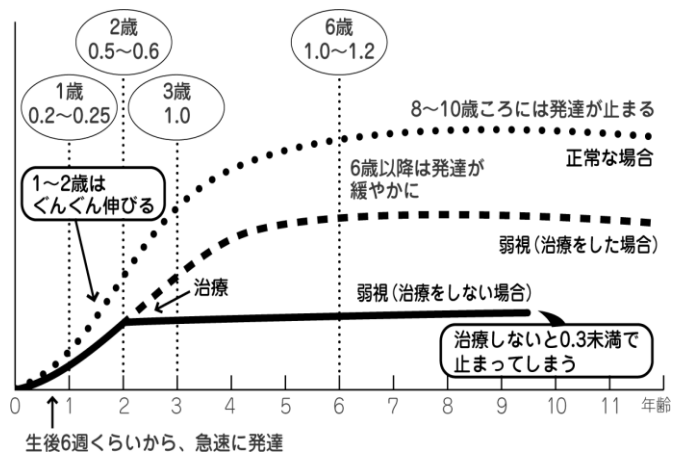
スポーツの秋、収穫の秋、食欲の秋……。

子どもたちが楽しみにしている、運動会ももうすぐです。子どもの体力も、ぐんと伸びる時期。楽しい経験を通して、健康な体をはぐくんできましょう。

また、朝晩涼しく、日中の温度差もあり、体調を崩さないように注意しましょう。

## 視力の発達に重要な乳幼児期

生まれたばかりのときは0.01くらいだった視力は、生後6週ころからぐんぐんと発達。5歳で1.0以上になり、その後発達の程度は緩やかになり、8～10歳くらいで完全に止まります。ですから、乳幼児期に、なんらかのトラブルで視力の発達がうまくいかなかった場合、その後視力を伸ばすのはとても難しいのです。日ごろから子どもの目の状態に注意を向け、おかしいと思ったら、早めに受診しましょう。



10月10日は目の愛護デー



目をたいせつに

## 足に合った靴で元気にあそぼう！

靴が足に合っていないと、不自然な足の使いかた、歩きかたのまま足が育つことになってしまいます。成長著しいこの時期こそ、適切な靴選びが重要なのです。再度見直してみましょう。



### つま先にゆとりがある

理想は5mm。すぐに成長することを考え、5～9mmのゆとりがあるものを。指が自由に動かせるように、つま先が広がって厚みがあることもだいじ。

### 調整ベルトがついている

足を固定し、足と靴を一体化させる。

### 柔らかく、クッション性のある靴底

足の動きにフィットする柔らかさと、地面からの衝撃を和らげるクッション性が必要。

## 健康診断のお知らせ

10月25日(木)  
9時から健康診断を行ないます。保育園では年2回の健診が義務付けられています。前回未受診のお子さんは、必ず受けるようにしましょう。



## 9月の感染症

RSウイルス感染症・・・2名  
伝染性紅斑(リンゴ病)・・・21名  
ヘルパンギーナ・・・1名

先月に引き続き、伝染性紅斑(リンゴ病)が流行しました。

これから徐々に寒くなり乾燥する時期になると、インフルエンザや感染性胃腸炎(ノロ)などの感染症に注意しましょう。予防対策は手洗いうがい、咳エチケットです。