



10月のほけんだより



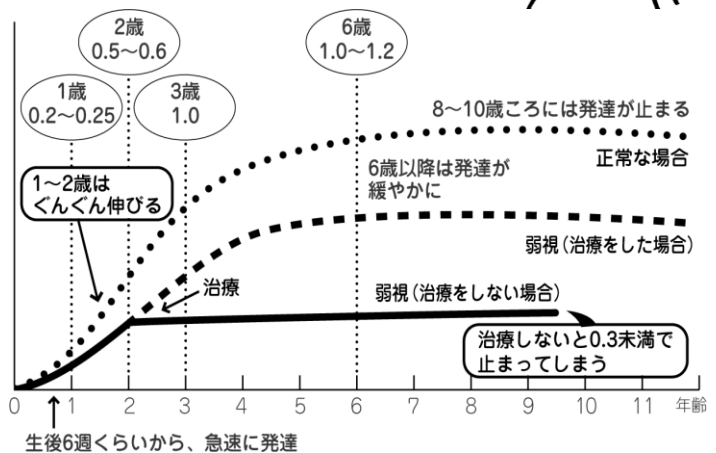
令和3年10月1日発行
戸塚愛児園

夏が終わり、心地よい秋の涼しさを感じる季節となりました。
子どもの体力も、ぐんと伸びる時期。ご家庭で、たくさん身体を動かし、スポーツの秋を楽しんではいかがでしょうか。
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ります。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7日(木)
9時から健康診断を行ないます。前回未受診のお子さんは、必ず受けるようにしましょう。保育園では年2回の健診が義務付けられています。お休みの方は、健康診断のみ、受けに来て下さい。

