



ほけんだより

境こども園
令和6年10月

暑かった夏が落ち着き、待ち遠しかった秋がやってきました。今は季節の変わり目です。しっかり食べてたくさん遊んでたっぷり眠る、規則正しい生活リズムの中で寒さに向かう体力をつけていきましょう。

9月のこどもの様子 欠席：手足口病:2名 マイコプラズマ:1名 蕁麻疹:1名 中耳炎:1名

伝染性膿痂疹（とびひ）:1名 風邪・下痢などその他:37名

残暑が続き夏の疲れが出てくるとともに、熱と咳でのお休みが目立ちました。それまでは元気だったのが急に高熱が出る幼児もみられお迎えをお願いすることも複数ありました。早いお迎えのご協力ありがとうございました。

※秋の歯科検診は11月19日（火）になりました。全園児を対象に実施します。

受診をした後や薬を飲んで登園する時



体調不良で受診した時は、**診察の結果や内服状況（何のお薬をいつ飲んだか）**をノート等でお知らせください。体調の変化を知る目安になります。また、ホクナリンテープは必ず記名をして子どもがとってしまわない場所（背中など）に貼り、上からテープを貼るなど、はがれ落ちないように工夫をお願いします。万が一はがれても貼り直しはしませんのでご了承ください。



「いのちの授業」を行いました

先月、杏林大学看護学部1年生の学生4名がこども園に来てくれて4・5歳児クラスの園児に「いのちのおはなし」をしてくれました。



まずは「いのちのはじまりから赤ちゃん誕生まで」を学生がお母さん役となり、小さいいのちの始まりから胎児の発育の様子を知り、みなでお母さんを応援して赤ちゃんがうまれる誕生までのお話をしてもらいました。みんなが生まれた時も同じようにお母さんと赤ちゃんが頑張ったこと、周りの人たちもたくさん応援して楽しみにしてくれたこと、そして生まれた後も大切に愛されて育ってきたことを聞きました。

それから「自分とお友達を大切にすること」・「男女の体の違い」・「プライベートゾーン」についてのお話がありました。最後に3か月・5か月・8か月・10か月の胎児の人形を一人ずつ抱っこしました。

パネルシアターを使って学生が園児とコミュニケーションをとりながら伝えてくれて、子どもたちもとてもよく聞いていました。学生の明るく爽やかでエネルギー溢れる姿と、真剣なまなざしで一生懸命見つめる子どもたち、それを見守る保護者のみなさまと職員が同じ空間で一体となりいのちの愛おしさを共有できるあたたかい時間になりました。



小さい頃から、いのちはかけがえのない大切なものであること、自分もお友達も大切な存在であること、自分自身を守ることを聞いて育った子どもは、自分を大切にでき自尊心が育まれるそうです。

これから成長していく子どもたちが性について正しい知識を身につけられるように、日々の生活をとおしてご家庭や園など身近な大人から繰り返し伝えていきたいですね。

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」

乳幼児期はこどもの視力が育つ大切な時期です。生後0.01くらいだった視力は生後6週頃から発達し、5・6歳ごろにかけて1.0になります。日頃から子どもの目の状態を気にかけて、おかしいと思ったら受診しましょう。早期に治療をすることで治療効果も高まるそうです。

生まれてすぐ

視力 0・01



明るい、暗い程度しか認識できません。

1歳

視力 0.2



立体的に見る力、動くものを見る力など、視覚が急速に発達します。

3歳

視力 0.8～1.0



大人とほぼ同じくらいまで視覚が育ってきます。

5歳

視力 1.0



ほとんどの子どもが、大人と同じ視覚を身につけます。

早く治療するほど回復しやすい！

こんなサインに注意



頭を傾げる



目を細める



横目で見る

見る力は、目から情報を取り入れ、脳で処理することを、毎日繰り返して育ちます。ところが、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。早く治療を始めるほど回復しやすいため、見え方の異常に気づいたら、早めに眼科で相談しましょう。



片目をつぶって見る



片方の目の焦点が合わない

正面から「見る様子」をチェックして

見え方のチェックにおすすめなのが、紙しばい。左右の目の焦点、ものを見る様子が詳しくわかります。



現代はスマホをはじめ、たくさんのデジタル機器があふれる時代になりました。本来ならば、外遊びや色々な体験の機会を得ることが大切な時期ですが、メディア機器にその時間を奪われがちです。視力を伸ばすこの時期にメディア機器の利用についてはご家庭でルールを決めるといいでしょう。

こども園では幼児クラスより視力測定を実施しています。
就学時健診を前に今月から **5歳児クラス** は視力測定をしていきます。
結果を配布しますのでご確認ください。
11月～来年2月頃に3・4歳児クラスは実施を予定しています。

