

ほけんだより 10月

太陽の子保育園平成28年10月

きのこの王様といえば松茸。その香りを楽しむのは日本人だけだそうです。秋の野菜は美味しいだけでなく、彩りや香りも豊かになります。「実りの秋」を存分に味わい尽くしたいですね。

目を大切にしていますか？

10月10日は目の愛護デーです。「10 10」を横にすると、目と目のように見えることから制定されました。この機会に、あらためてお子さんの日常生活をチェックしてあげてください。

<p>チェック1 長時間ゲームをしていませんか？</p> <p>「1日にの分まで」「△分おきに休憩」など、ルールを決めてあげてください。</p>	<p>チェック2 テレビを近くで見えていませんか？</p> <p>近くで見るのがくせにならないように、離れて見る習慣をつけてあげてください。</p>
<p>チェック3 部屋の照明は暗くないですか？</p> <p>目が疲れないように、部屋の照明は適度な明るさにしてください。</p>	<p>チェック4 目の疲れがひどくないですか？</p> <p>視界が悪くなり、目に負担がかかります。目薬が効かなくなると、目の疲れがひどくなるので、早めに眼科を受診してください。</p>

小さな秋の「音」を探して♪

秋の夜には、様々な虫の声が聞こえてきます。

ゴロゴロゴロ

これはエンマコオロギの鳴き声です。鳴くのはオスだけで、理由は二つ。一つは縄張りを示すため、もう一つはメスに求愛するためです。

秋が終わるとコオロギの成虫は死んでしまい、卵は土の中で冬を越します。つまり、鳴き声が聞こえるのは秋だけ。ムシせずに、子どもたちと秋の「音」探しをしてみよう。

秋の健康診断

10月12日(水)
9:00~
全園児対象です。
保健指導
鼻のかみ方 (幼児組)
視力検査 (4・5才のみ)

9月の感染症

手足口病……2名
ロタウイルス……1名
熱だけで休みの子どもが多くいました。

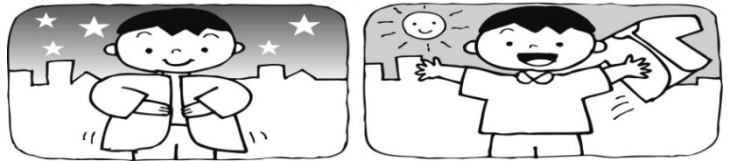


「目」を使う遊びで「見る力」が育ちます

★見つけられるかな？ 「この部屋にある赤いもの」「この部屋にある四角いもの」など、ヒントを出して探します。見て、認識する、目と脳の動きのトレーニングになります。

★ぬり絵・お絵かき 見て描くことで、目と脳、手の動きを育てます。

脱いだり、着たりで調節を



気管支炎

かぜの時期、気をつけていないとかぜをこじらせてしまいます。かぜをこじらせると気管支炎になります。気管支炎は、かぜのウイルスや細菌が気管支の表面につき、炎症を起こすことです。ゴホゴホと痰のからんだせきが出ます。これは鼻の中の副鼻腔が炎症を起こし、そこにたまった膿がのどを流れていくので、ゴホゴホというせきになるようです。一度医師の診断を受けましょう。

親子の会話を大切に

その日にあったできごとを聞いたり歌をいっしょにうたったりして、少しでも子どもと会話する時間をもちましょう。子どもが心身共に安定できるよう、保護者の方も保育者も、いっしょに努力していきましょう。