



9月のほけんだより



2025年8月29日
ひいらぎこども園
園長 中田 純子

暑い夏をエネルギーに過ごした子どもたち。そろそろ夏の疲れが出るころです。ゆっくりお風呂に入り、たっぷり睡眠をとるなどして体調を崩さないように気をつけましょう。元気に活動に向かえるよう、今一度、子どもの健康生活を見直してみましょう。

子どもの視力について



子どもの目は毎日発達していて、両目の視力機能は6歳頃にほぼ完成すると言われています。その後に視力が低下するのは、幼いころの姿勢や体の動かし方が関係しています。自然の中で十分に遊ばせ、外の景色をたくさん見せることで子どもの視力を育てていきましょう。

1歳：0.3～0.4

3歳：67%が1.0

4歳：71%が1.0

5歳：86%が1.0



もうすぐ年中、年長クラスの視力検査があります。気になることがありましたら、担任へお知らせください。

おねしょ対策

おねしょをしてしまっても・・・

□ 起こさない

おねしょをされると困るから、と夜中に起こすのは禁物です。睡眠リズムが乱れてしまい逆効果です。朝までぐっすり眠らせてあげるこそ、おねしょの卒業の近道です。

□ 怒らない

おねしょは、子どもからすれば無意識にしまったことで、自分ではどうしようもできないこと。怒られても何も進歩しません。おねしょをしてしまっても、温かく見守ってあげましょう。

□ 焦らない

おねしょは生理的な発達によって多くの場合は自然に卒業します。子どもの能力やしつけとは無関係です。おねしょをするうちはおむつを使用して構いません。それぞれのペースで気楽に卒業を待ちましょう。

☆眠る前にしておくこと

『水分の調節をする』『直前にトイレに誘導する』『夕食は寝る2～3時間前』『おねしょパンツを着用する』

お願い！～お薬について～

お子さんの薬は、本来保護者から与えていただくものです。受診時に必ず医師にこども園に通っていることを伝え、できるだけ園ではなく、ご家庭で服用できるように相談してください。

また、肌荒れなど、継続して塗る薬なども、肌トラブルがある場合に限り預かります。トラブルが改善された場合や、予防的に塗る場合は、ご家庭内でお願いします。

お薬が必要な場合は、「お薬カード」の提出をお願いします。提出は、直接職員への手渡しをお願いします。

～小児救急電話相談って？～

夜間や休日の診療時間外の子どもの急な病気にどう対処したら良いのか、病院に受診した方が良いかなどの判断に迷った時に、看護師または小児科医が電話でアドバイスをします。

#8000

つながらない場合は、
075-661-5596



《対象》府内に住む15歳未満の子ども及びその家族等

《実施時期》年中無休

《相談時間》19：00～翌朝8：00

※土曜日は、15：00～翌朝8：00

～発熱などの症状が出たら～

まずは医療機関を受診してください。症状が続いている間は、登園できません。熱が下がってから、更に24時間経過してからの登園をお願いします。下痢や嘔吐の場合も、同様をお願いします。

また、症状が改善されても、全身状態が悪い場合や、食事がいつものように摂れない場合は、家庭保育をお願いします。

感染症の場合は「登園届」が必要です。「登園届」は園のホームページからダウンロードできます。