



昼間は汗ばむ日もありますが、朝夕はグッと冷え込むようになりました。お布団も洋服も衣替えの季節です。この時期はかぜを引きやすいので、体が冷えてしまわないようにきちんと下着を着て、上着などで体温調節をしましょう。



子どもの 視力が低下！

子どもの視力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び、外の景色をたくさん見ることで子どもの視力を育てていきましょう。

＜眼科への受診推奨の基準＞

4歳児：0.7未満

5歳児：1.0未満



秋は薄着で！

「暑さ」「寒さ」を体で感じることも1つの大切な経験です。汗をかくことで体温を下げたり、末梢血管を収縮させて熱の放散を防ぐことで、体の「暑さ」「寒さ」への対応力（自律神経）が育っていきます。厚手（キルトや裏起毛の生地）の服1枚よりも、肌着と綿のシャツや、トレーナーなどで、調整する方が良いでしょう。

※大人より1枚少なくても大丈夫！

薄着は、体温調節機能が高まり、風邪をひきにくくします。

インフルエンザの 予防接種開始のシーズンです

インフルエンザは、小さいお子さんには重症化や合併症のリスクがある感染症です

お子さんを含めたご家族全員で接種予約をしておくことで安心です。職員も流行に備え、毎年ワクチン接種を行っております。
☆インフルエンザは発症後5日を経過かつ、解熱後3日経過するまで登園できません。

また、こんな時は登園できません

発熱・下痢・嘔吐などの症状がある場合、食事が摂れない場合は登園を控えてください。37.5度以上の発熱に加え、元気がなく機嫌が悪い、いつもと様子が異なる場合は、保護者の方へご連絡させていただきます。

症状が無くなってから24時間経過後の登園をお願いします。

※感染症と診断を受けた場合は登園届が必要になります



足に合った靴で元気に遊ぼう！

すぐに成長するからと、つい、合わない靴を履かせていませんか？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。

☆つま先にゆとりがある（理想は5mm）

☆調整ベルトがついている

☆柔らかくクッション性のある靴底

帽子や服装、爪などもチェックしてみよう！

☆帽子のゴムは伸びていませんか？

☆動きやすい服装ですか？

☆爪が伸びたり割れたりしていませんか？

再度見直してみましょう！

