



ほけんだより

10月号

2026年10月1日
榎島ひいらぎこども園
園長 宇野 智子

10月10日は「目の愛護デー」です。目のトラブルや病気だけでなく、お子さんが物を見るときに目を細めたり、顔をかしげたりしていないかなど、「見え方」に問題がないかどうかを、注意してください。

秋のほけん行事のお知らせ

☆内科健診（全園児対象）

- ・10月28日（水）14：00～ たいよう・そら・しずく
 - ・11月4日（水）14：00～ ぎんが・ちきゅう・うみ
- 当日の出席状況により変更となることもあります。

内科健診は全園児の受診が必要です。受診できなかった場合は、後日、ご家庭から園医のたなか医院を受診していただきます。費用は無料です。

☆歯科検診

（そら・ちきゅう・たいよう・ぎんが組が対象）

- ・11月11日（水）10：00～

☆検尿（全園児対象）

- ・10月22日（木）・10月23日（金）
- ・再検尿 11月16日（月）

☆手洗い教室

（そら・ちきゅう・たいよう・ぎんが組が対象）

- ・11月6日（金）誕生会の時に実施します。



インフルエンザ		かせ
インフルエンザウイルス	原因	細菌、ウイルス
冬から春に多い	時期	一年を通して
全身症状	病気の始まり	鼻水、くしゃみ
38～40℃	熱	37～38℃くらい
大流行すること	感染	インフルエンザと比べると感染率は低い
肺炎、気管支炎、インフルエンザ脳症 など	合併症	安静を守ればひどくなることは少ない



インフルエンザでは、発症後5日を過ぎて、かつ、熱が下がってから3日を過ぎるまでは、園をお休みします。



ちゃんと見えているかな？

視力の発達にはタイムリミットが

赤ちゃんや就学前の子どもは、0.2程度の視力があれば、不便なく日常生活を送れるため、多くの保護者は子どもの視力不良や、片目の視力だけが弱いことに気づきにくいといわれています。しかし、視力が発達するのは6～8歳まで。その年齢まで見えにくい状態を放置しておくと、眼鏡をかけても視力が出ない「弱視」になってしまいます。気になることがあれば3歳児健診を待たずに受診して、早期発見・早期治療をすることがとても重要です。

▶ 当てはまるものがあれば受診しましょう！ ▶

☐ 物を見るとき、左右どちらかに頭を傾ける、顔を回す、あごを上げる（下げる）	
☐ 片方の目（視線）が内側に寄っている	☐ 片方の目（視線）が外側に向いている
☐ 目を細めて見る	☐ 極端に近づいて見ようとする
☐ 上目づかい（下目づかい）で物を見る	☐ まぶたの形（大きさ）に左右差がある
☐ 屋外で異常にまぶしがる・いやがる	☐ 瞳の中央（奥の方）が白く光る