



# ほけんだより 10月号



2024年10月1日  
檜島ひいらぎこども園  
園長 宇野 智子

朝晩涼しくなり、過ごしやすい気候になりました。この時期は、季節の変わり目で体調を崩しやすいので、規則正しい生活をし、体調を整えましょう。

## 子どもの視力

子どもの目は毎日発達していて、両目の視力機能は6歳頃にほぼ完成と言われています。その後に視力が低下するのは、幼い頃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ましょう。

近くのもの  
ぼんやり見える



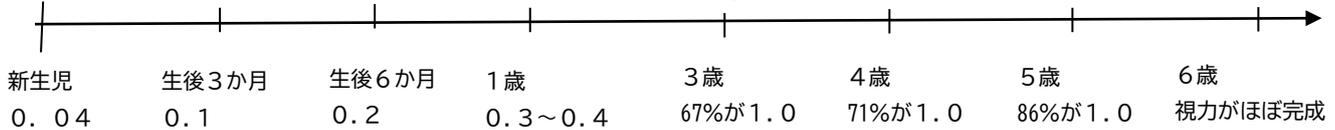
動くものを目で追う



近くを見るほうが得意



行動範囲の広がり→遠くを見る力が発達



## 10月10日は 目の愛護デー



子どもは自分で目の異常がわかりません。周りの大人がサインに気づいて、早めに眼科医に診てもらうことが重要です。

### 見えていないサインかも？

- ・テレビや絵本に近づいて見る
- ・顔を傾けて見る
- ・片目または両目を細めて見る
- ・上目づかいに物を見る
- ・目つきが悪い
- ・集中力がなく、飽きっぽい
- ・寄り目になっている、目の方向がずれている



## 今月は視力検査を行います

園では、10月にちきゅう組・たいよう組・ぎんが組を対象に視力検査を実施しています。検査後、必要に応じて医療機関への受診を推奨しています。その場合は、早めに受診してください。



### 眼科への受診推奨の基準

ちきゅう組・たいよう組：0.7未満  
ぎんが組：1.0未満

## 秋のほけん行事のお知らせ

### ★視力検査(幼児クラスのみ対象)★

- ・10月18日(金) 午前 ちきゅう組
- ・10月21日(月) 午前 たいよう組
- ・10月23日(水) 午前 ぎんが組

※お休みなどで視力検査が受けられない場合は、担任にご相談ください。

### ★検尿(全園児対象)★

- ・10月21日(月)・10月22日(火)
- ・予備日 11月8日(金)

### ★手洗い教室(そら組以上が対象)★

11月12日(火)※誕生会の時に実施します。

### ★内科健診(全園児対象)★各部屋で実施

- ・10月30日(水) 14:00から  
たいよう・そら・しずく組の順
- ・11月6日(水) 14:00から  
ぎんが・ちきゅう・うみ組の順

※前もってお休みがわかっている場合は、どちらかで受けていただけるように調整しますので、担任にご相談ください。

※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。その場合、費用は無料です。

### ★歯科検診(そら組以上が対象)★

- ・11月20日(水) 10:00から