

10月ほけんだより

平成30年10月15日発行

北柏小規模保育園わらび

看護師 田浦百合子



過ごしやすい季節になりました。朝晩はグッと冷え込む日も多くなり、子ども達が夜中に蹴飛ばしてしまったお布団を朝方気になってかけ直す回数も増えますね。風邪や感染症が増える季節にも入ります。晴れた日はたくさん外で遊んで体力アップ、気温の変化に身体を慣らし、元気いっぱい冬を迎える準備ができるといいですね♪

保健行事

11月 5日(月) 身体測定

11月 16日(金) 内科健診

4月から半年が経過しました。母子手帳の成長曲線などを利用すると、子どもの成長が見てわかりオススメです。



手のつめ・足のつめ

長くありませんか?

秋の夜長 ご家庭で

お子さまの『つめ切り』を

よろしくお願ひします。



10月10日は目の愛護デー



子どもがその目で見て、経験することはとてもたくさんあります。目が最も大きな発達を遂げるのは最初の1年といわれています。子どもの目の発達はその後続き、視力は6歳までに完成されます。6歳まではその後の人生に大きな影響を与える重大な時期です。日頃から視力について気を配ることが大切です。

子どもの目の発達を助けるには?

周囲(世界)への関わりと視覚とのつながりを促すために、子ども達と一緒にできる運動や遊びはたくさんあるので、ぜひお試しください♪

- ・積み木遊び
- ・LEGOなどのおもちゃを使った組み立て遊び
- ・クレヨンやマーカーなどの塗り絵
- ・パズル
- ・ボールやお手玉を使ったキャッチボール
- ・本を読み聞かせながら、ページの絵をよく見て、それが何かを当てる遊び
- ・「I Spy with my little eye」ゲーム
(「この部屋の中にある白くて丸いもの」などのヒントを出して探す)



親は、子どもの視覚の発達を助けながら、身体全体や認識力の発達も目指します。楽しみながら発達も期待できるなんて一挙両得ですね。

寒くなると…何を着させる? 着せ過ぎ注意報

外気が冷たくなると服選びに困りますね。子どもの服の基準は大人より1枚薄めがオススメです。薄着は身体も動かしやすく遊びやすいのいい所です。

1枚めがみますか?



秋・冬の保育園の室温は20~23℃設定

感染症の蔓延を防ぐためにも、活動に合わせてこまめに外気を取り入れます。運動量の多い子ども達に合わせて、室内はあまり暖めすぎないようにしています。

