ほけんだより　10 月号

椙山女学園大学附属
椙山こども園
養護教諭　竹内あずさ

　スポーツの秋、読書の秋、芸術の秋…。秋は過ごしやすい気候なので様々なことにチャレンジできます。そして、食欲の秋！　秋には栄養豊富な食べ物がたくさんあります。旬の物を色々食べて、感染症にかかりにくい体づくりをしましょう。

インフルエンザワクチン接種のお願い

　少しずつ暑さも和らぎ過ごしやすい日が増え、しばらくすると感染症が流行る時期になります。今年は例年とは違い、新型コロナウイルスの流行もあり、より体調管理に力を入れていく必要があります。そこで、園での感染症の流行を防ぐためにインフルエンザ重症化予防の目的として、インフルエンザワクチンの接種をお子様だけでなく、ご家族皆さんにお願いしたいと思います。

　万が一、インフルエンザに罹ってしまい免疫が落ちた時に、新型コロナウイルスに罹ってしまうことも考えられます。そのようなリスクを避けるためにも、かかりつけ医に相談し、計画的にワクチン接種をして頂くようにお願いします。接種を受けてから抗体ができるまでには約２週間かかるので、**10 月～12 月頃には接種を済ませておきましょう。**

10 月 10 日は目の愛護デー

　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、幼い頃の姿勢や体の動かし方が関係しているそうです。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お子さまの視力を育てていきましょう。

こんな見方は危険信号！

・テレビや絵本に近付いて見る
・明るい戸外でまぶしがる
・目を細めて見る
・上目遣いに物を見る
・目つきが悪い、目が寄っている
・見る時に首を曲げたり、頭を傾けたりする

　このような症状が見られると斜視や弱視の可能性が考えられます。子どもは視力が悪いことを自覚できないため、上記のような症状がないか普段から気にかけて見るようにしてください。

・**名東保健センターによる歯科指導**（こあら・きりん・ぞう組のみ）：**10 月 6 日（火）**

・**10 月身体測定：10 月 7 日（水）**