



ほけんだより No.7



令和6年10月28日発行
社会福祉法人 愛光会
ハローこども園

心待ちにしていた運動会も天候に恵まれ、欠席、怪我をする子もなく無事終わり、緊張感の中、一人一人頑張る姿に成長を感じたことと思います。

色々な経験を通して、健康な体を育んでいきましょう。



「後期内科健診のお知らせ」

11月6日(水)午後1時過ぎから行います

当日はお休みのないように登園して来て下さい。当日欠席された場合は、保護者の方に用紙をお渡しし、園医に受診して頂くようになります。早退する場合は、先に受けるように配慮をしますので、お知らせ下さい。かかりつけ医に受診する場合は有料になる場合があります。園医より再受診が必要と判断された場合は、当日中に保護者の方に結果をお伝えします。後日結果はシール帳の後ろに記載しますので、確認して下さい。

「足に合った靴で元気にあそぼう！」

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、不自然な足の使い方、歩き方のまま足は育つことになります。成長が著しいこの時期こそ、適切な靴選びが重要なのです。再度見直してみましょう。

「調整ベルトがついている」

足を固定し、足と靴を一体化させる。

「つま先にゆとりがある」

理想は5mm。すぐに成長することを考え、5~9mmのゆとりがある物を。指が自由に動かせるように、つま先が広がって厚みがあることも大事。



「柔らかく、クッション性のある靴底」

足の動きにフィットする柔らかさと、地面からの衝撃を和らげるクッション性が必要

「インフルエンザの予防接種」

インフルエンザのワクチンは、接種しても発症することがありますが、症状が軽くすむことが多いようです。通常大人は、シーズンに1回ですが、子供の場合は、2回接種が標準です。接種してから、2週間以上経たないと効果が現れない為、12月の流行期に入る前にすませるようにしましょう。ただ、アレルギーのあるお子さんの場合、受けられないこともありますので、医師とよく相談して下さい。

「今月の保健状況」

・9/28~10/28まで感染症の子はクループの子が2名。手足口病の子が2名。RSウイルスの子が1名。未満児クラスで咳、鼻水のでている子が目立ちました。

・昼夜の気温差が大きい季節でもあるので、体調管理には気を付けて過ごして下さい。

・爪が伸びている子がいます。爪と指の間には細菌が繁殖しやすくなりますので、こまめに切るようにしましょう。