

10月保健だより

令和3年9月30日発行
社会福祉法人 青梅みどり福祉会
かすみ保育園

10月10日は目の愛護デー

2つの10を横に倒すと、まゆと目の形に見えることから、10月10日は目の愛護デーとされています。「見る力」は6歳くらいまでに発達すると言われています。その後に視力が低下するのは、幼いころの姿勢や体の動かし方が関係しているそうです。自然の中で十分遊び、外の景色をたくさん見て視力を育てていきましょう。

- ①目をほそめる
- ②首を傾げて物を見る
- ③テレビなどに近づいて見る
- ④近くの作業にすぐ飽きる
- ⑤ぶつかったり、転んだりしやすい



子どもは自分では「見えにくい」ことには気づきません。もしも、気になる点がある場合は早めに眼科受診をしてください。



7日（木）全園児健康診断（午前）
14日（水）身体測定



手や足の爪を切っていますか？

爪が伸びていると、引っ掻いた時に傷になり、爪と指の間にもバイ菌が繁殖してしまうために1週間に1回は切るようにしましょう。必要以上短く切ってしまうと、巻き爪になってしまうことがあるので注意しましょう。爪を切る時の長さの目安は、爪先の白い部分が少し残る程度にし、爪の形に沿って切りましょう。

歯磨き中の飛沫に注意しましょう

唾液の中には新型コロナウイルスをブロックする抗体が含まれています。その抗体が効果的に働くためには、口の中が清潔であることが大切だと言われています。しかし！ウイルスを含んだ唾液が歯磨き中に飛んでしまうと、感染症の拡大に繋がります。

唾液が飛ばない歯磨き！3つの約束

- 1、歯磨き中はしゃべらない
- 2、口を閉じて歯ブラシを小さく動かす
- 3、口をゆすぐ時は頭を低くして静かに吐き出す



保育園のうがいの時にはとても上手に出来ているので、家で歯磨きをする時に、唾液が飛ばない歯磨きをしているか見てあげてください。

9月の報告

9月の感染症の報告はありませんでした。

青梅市のコロナ感染患者数は、9月1日時点で1456名、28日時点1655名です。兄弟姉妹のどちらかが体調不良でお休みの時は兄弟姉妹共に登園の自粛をお願いします。