

# ほけんだより 10月号



令和3年10月4日

朝、夕は涼しく感じる季節になりました。屋間は暑いうえに、園庭を走り回るので、着替えと半そでの服を用意してくださいね。自分で判断して、服を脱いだり着たり出来るようになると良いですね。屋間の気温が 25℃以上 で晴天のときは、半そでの服が快適です。

**気温の変化に合わせて  
衣服を調節しましょう**

▼▼▼気温と衣服の種類の日目安▼▼▼

25℃	20℃	15℃	10℃
半袖	長袖	長袖の上着	厚手の上着

10月初めごろの最高気温 → 11月末ごろの最低気温

10月は、気温差の大きな時期です。月の初めと終わりを比べると、最高気温・最低気温とも10℃前後低くなります。また、晴れの日と雨やくもりの日、朝晩と日中でも気温の差は大きくなりますから、衣服の調節が体調管理の大きなポイントになります。

## 眼科検診

日時 10月7日(木) 14:30~15:00

対象 すみれ・ひまわり組

## 内科健診

日時 10月14日(木) 10:00~11:30

対象 全園児

## 歯科検診

日時 10月21日(木)9:30~10:30

対象 うさぎ・つくし・すみれ・ひまわり組



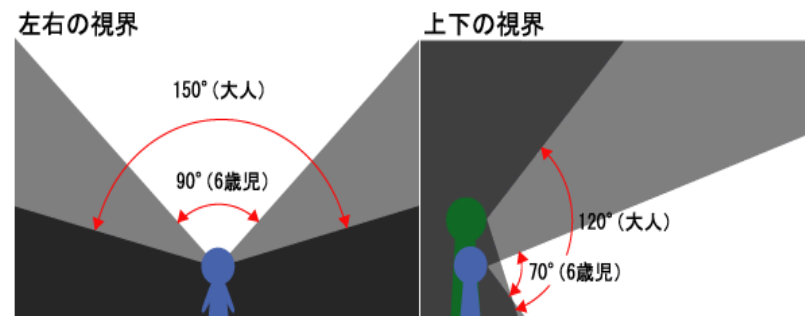
## [視野めがね見て下さいね]

子どもの目の見える広さは大人に比べて狭いので、横から近づいても気が付かないことがあります。クラスに視野メガネの作り方を置いてあります。子どもと一緒に作って、子どもの視野の狭さを体験して下さい。

大人と6歳くらいの子供の視野の違いは、おおよそ次のようになっています。

【大人】左右(水平)150° 上下(垂直)120°

【子ども】左右(水平)90° 上下(垂直)70°



## みな真剣です

すみれ・ひまわり組は眼科健診の前に視力検査をしています。

子どもは、YouTube やテレビ、大人のスマホ等、全ての物を何でも真剣に見ています。その時間が延びると…

『お母さんと話をするより、YouTube を見る方がいいねん』  
…などといわれてしまうかもしれません

