

# ほけんだより 10月号





令和4年 10月3日

野上あゆみ保育園

朝夕は涼しくなりました。登園時は長そでの服を着ている人もいますが、日中はまだまだ暑く、外遊びで走り回るので、汗もかきます。着替えの中に、半そでの服も用意してくださいね。

### 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。

## 検診予定

### 眼科検診

日時 10月13日(木)

14:30~15:00

対象 すみれ組 ひまわり組



### 内科健診

日時 10月27日(木) 10:00~11:30

対象 全園児

欠席の時は直接「かめだ子どもクリニック」へ受診をお願いします。

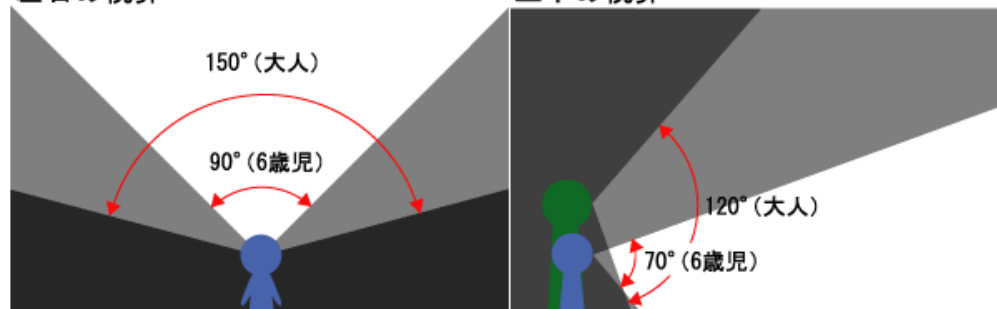
## 【子どもの視野】

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。

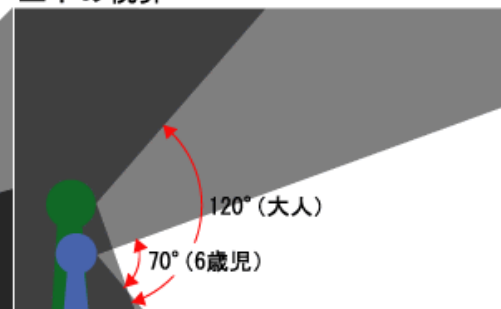
【大人】左右(水平)150° 上下(垂直)120°

【子ども】左右(水平)90° 上下(垂直)70°

### 左右の視界



### 上下の視界



子どもの目の見える広さは大人に比べて狭いので、声かけても気が付かないことがあります。子どもの視界に入るようにしながら声かけをする方がよく伝わりますよ。

## 健診の前に視力測定をしています

保育園の視力検査は 1.0 までを測定しています。

検査に真剣に取り組んでくれます。

