

ほけんだより 10月号



令和5年10月11日 野上あゆみ保育園

朝、夕は涼しく、過ごしやすと感じる時ですが、気温差が大きく疲れやすいです。昼間は、園庭を走り回って汗をかいています、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って良いですね。

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。

眼科検診
 日時 10月19日(木)
 14:30~15:00
 対象 すみれ・ひまわり組



内科健診
 日時 10月26日(木)
 10:00~11:30
 対象 全園児

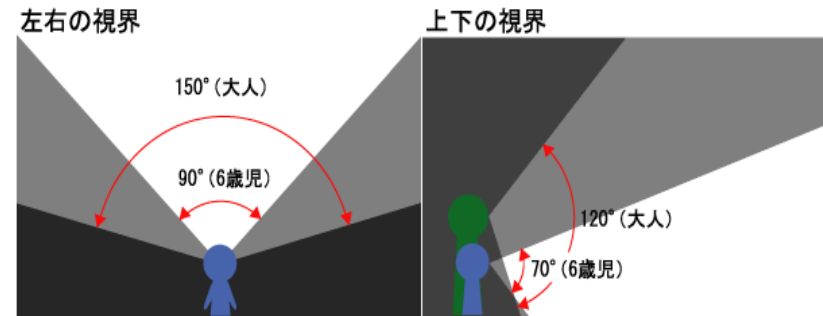
[視野めがね見て下さいね]

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を置いています。作り方はコドモの資料室にあります。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°



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。

真剣です…姿が可愛いです

