

ほけんだより 10月号

令和7年10月1日（水）
ちとせ山ゆり保育園

気持ちのよい秋晴れの下、子どもたちはのびのびと体を動かしています。しっかりと食べて、たくさん遊んで、たっぷり眠り、規則正しい生活リズムの中で、寒さに向かう体力をつけていきましょう。

インフルエンザの 予防接種が始まります

10月から、インフルエンザの予防接種が始まります。
予防接種の特性を知って、早めに接種を受けましょう。

2回の接種が必要

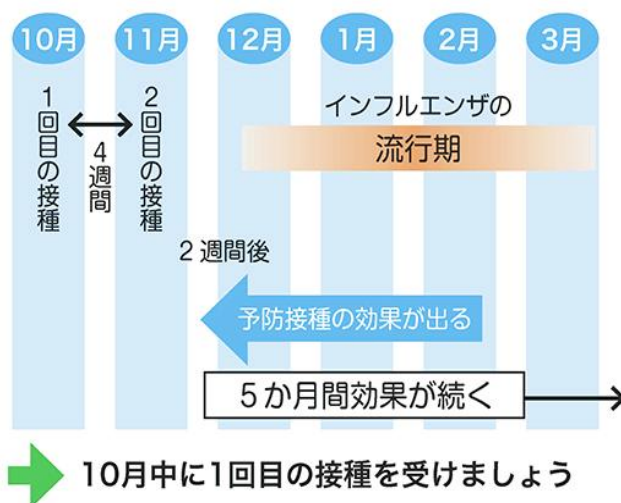
小さな子どもは免疫がつきにくいので、2回の接種が必要です。効果を十分に上げるためには、1回目の接種と2回目の接種の間は4週間あけるとよいと言われています。

効果が十分に出るのは2回目接種から 約2週間

乳幼児は有効な免疫ができるのに2回目接種から2週間かかります。

効果は約5か月間持続する

インフルエンザの予防接種の効果は、約5か月。10月から接種すれば、流行の始まりからしっかりカバーできます。



10月10日は「目の愛護デー」です。成長するにつれてスマホやタブレット、テレビなどの視聴時間が長くなりがちです。子どもの発達に悪影響を与えることがわかってきています。どうつきあうか、以下のアドバイスを参考にしましょう。

6つのアドバイス

- 1 2歳以下の子どもには、長時間見せない！
内容・見方に限らず、長時間視聴は言語発達が遅れる危険性が高まる。
- 2 つけばなしはNG！ 見たら消す！
- 3 乳幼児に一人で見せない！
大人がいっしょに歌ったり、子どもの問いかけに応えたりすることが大切。
- 4 授乳中、食事中は消す！
- 5 乳幼児にも、つきあい方を教える。
見終わったら消すこと。連続して見続けられないこと。
- 6 子ども部屋に置かない。



10月の予定

- 23日（木）園医健診（4、5歳）
- 月初めに身体測定を行います。

