

# ほけんだより

令和5年  
10月

かすみ台第一保育園



夏の暑さもおさまらず、衣替えができないまま、暦のうえでは秋です。季節の変わり目は体調を崩しやすい時期です。普段と違う症状がある場合は自宅で様子を見ていただき、かかりつけ医に相談してください。



## 秋の健康診断

10月11日(水)13:30~14:30

園医の百瀬医院の百瀬医師による全園児対象の秋の健康診断があります。なるべくお休みしないようにしましょう。



## 運動会の練習をしています

「早寝、早起き、朝ごはん、朝うんち」できているでしょうか。遊びも練習も全力でがんばる子どもたちです。生活リズムを整えて、体調をくずさないようにしましょう。



## 2023年夏の驚異的な暑さの後に、蚊の活動ピークがやってくる!?

今年、日本は過去126年間で最も高温な夏を経験したそうです。

蚊の好む活動温度帯は25℃~30℃とされています。

今年のような高温の夏が終わった後が、蚊のピーク活動期となりそうです。

蚊に刺されるとかぶれやすい肌質のお子さまは、薄手の長袖や長ズボンの着用をお願いします。

保育園では戸外活動の前に100%天然成分、ディート無添加の虫除けスプレーを使用しています。

## 手洗い・うがい・マスクが基本です!!

コロナウィルスやインフルエンザだけでなく、全ての感染症対策として、手洗い・うがい・マスクが有効です。

自分を守り、そして他人にうつさないために、手洗い・うがいの習慣を続けましょう。

幼児クラスを対象に手洗い・うがいの保健指導を行います。