



10月のほけんだより

令和8年度
なごみん看護部

爽やかな秋晴れの日が増え、過ごしやすい季節になりました。
今年は、例年より早い時期からインフルエンザが流行しています。
これからさらに感染が広がることも考えられますので、「うがい・手洗い」をしっかりと行い、
ウイルスに負けない体を作りましょう。

10月10日は目の愛護デー

子どもの目は、毎日の生活の中でたくさん働いています。目を大切にする習慣を付けましょう。



こんな時は迷わず受診をお願いします

- 目を細めて見る
- 片目で見える
- 顔を傾けて見る
- まぶしがかる
- いつも涙ぐんでいる
- まぶたが下がっている

★生活の中で気を付けていくポイント



- ★ 前髪は目にかからないようにする
- ★ 暗いところで本を読んだりしない
- ★ テレビを悪い姿勢で見ない
- ★ 目が疲れたら目の体操をする
- ★ 本から目を30センチ離す



9月

内科健診 歯科検診を受けました。
上手に参加することができました。

おうち「あ〜ん」
したよ



10月は、お子様に向けて手洗い指導を行います。

職員にはアレルギーの対応としてエビペン指導を行う予定です。

