

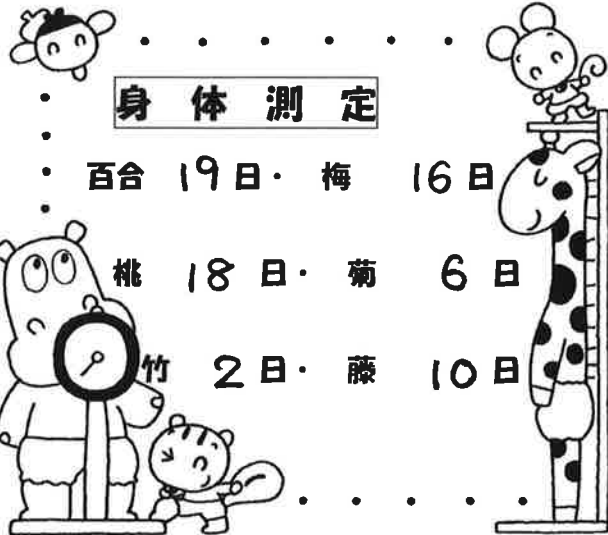
朝晩ずいぶん涼しくなってきました。とはいっても、  
 昼間は暑い日も多いです。こういうときは体調を崩し  
 やすくなるものです。お子さまの体調の変化にはお気  
 をつけください。



**内科検診**

**10月20日(金)**  
**14時30分~**

結果は後日、  
 「けんこうのきろく」  
 にてお知らせいたします。  
 お休みのないようにしましょう。



**10月10日は目の愛護デー-目をたいせつに**

2つの10を横に倒すと、まゆと目の形に見えることから、10月10日は目の愛護デーとされています。  
 乳幼児期は、子どもの目をもっとも育つ時期。この機会に、子どもの「目」の健康をあらためて見直して  
 みましょう。見る力を育てるポイント

**□明るさ、暗さのメリハリある生活を**

日中は光を浴び、  
 夜は暗くして眠る

**□いろいろなものを見る体験を**

止まっているもの動いているもの  
 小さなもの大きいもの、遠くにあるもの  
 近くにあるものなどいろいろなものを見  
 る体験が目により刺激になる

**□広い空間で体と目を動かす機会を**

全身運動は眼球、視神経  
 脳の発達を促す。

**□テレビやゲームは時間を決めて**

テレビは正面から見る。  
 いつも横目で見てみると  
 視力に左右差が出ることも…