



10月 ほけんだより



社会福祉法人 伊東つくし会

ちゅうりっぷ保育園

2024年 10月

残暑が続き暑い9月でしたが、少しずつ秋らしくなってきました。

9月は手足口病が当園でも、県内でも多くみられました。また、コロナも市内で流行しており、今後も感染症は続くと思われます。体調不良時は、お子さんたちのために、適宜受診などをして、ゆっくりお休みできると良いですね。内服薬も医師の指示通り3回内服したほうが早く良くなることもあります。園での内服も可能ですのでご相談ください。

(朝夕2回の内服で済むようでしたら医師に相談してください。)

10月10日は

目の愛護デー

子どもの目は毎日発達していて、両目の視力機能は6歳頃にほぼ完成と言われています。その後に視力が低下するのは、幼い頃の姿勢や体の動かし方が関係しているそうです自然の中で十分に遊ばせ、外の景色をたくさん見せることでお子さんの視力を育てていきましょう。スマホやゲームは時間を決め、目と脳をしっかりと休ませてあげてください。



秋かぜに注意

秋は気温差が激しいため、かぜを引きやすくなります。ご家庭では背中を触るなどして確認し、汗をかいているようなら衣服を取り替えてあげましょう。また、なるべく薄着を心がけましょう。外気を肌で直接感じることで自律神経が整い、病気への抵抗力が高まります。



こんな見方は危険信号!

- テレビや絵本に近付いて見る
- 明るい戸外でまぶしがる
- 目を細めて見る
- 上目づかいに物を見る
- 目つきが悪い、目が寄っている
- 見る時に首を曲げたり、頭を傾ける



このような症状が見られると斜視や弱視の可能性が考えられます。子どもは視力が悪いことを自覚できないため、上記のような症状がないか普段から気にかけて見るようにしてください。

健診の日程が決定しました

- 内科健診 11月12日(火) 15:30 ~
- 歯科健診 11月20日(水) 14:30 ~

何か気になることがありましたら、看護師へお声がけください。

健診当日は、お休みのないようお願いします。



★9月の感染症

- 手足口病 • ヘルパンギーナ
- 突発性発疹 • 熱

インフルエンザ予防接種の季節になりました。風邪よりも症状が重く、感染力も強いです。合併症を防ぎ、重症化防止効果があります。子どもの場合は1シーズンに2回接種が基本です。

