



10月の保健便り

一字保育園

看護師 民永

昼間は夏のように暑い日もありますが、朝晩は少しずつ涼しくなってきました。園庭では、子どもたちが運動会の練習を頑張る様子が見られます。季節の変わり目で体調を崩しやすい時期です。園では、RS ウイルス感染症に感染した子どもも出ています。また、全国的にマイコプラズマ肺炎が流行しているようです。手洗い・うがいや衣服の調節などをして、病気を予防しましょう。



《健康診断のお知らせ》

10月4日(金) 健康診断

10月9日(水) 歯科検診

《感染症》

☆RS ウイルス感染症・・・4～5日の潜伏期間の後、鼻水・咳・発熱などの風邪に似た症状が現れます。通常は1週間前後で回復しますが、なかには肺炎や気管支炎を発症する子どももいます。特に心肺の基礎疾患がある子は重症化しやすいので、注意が必要です。また、新生児・低出生体重児・生後6カ月未満の乳児も重症化しやすいと言われています。手洗い・うがい(乳児は外から帰ったら水を飲ませる)をしっかりと行い予防しましょう。

☆マイコプラズマ肺炎・・・最初は、風邪と似た症状が現れ、1～2日遅れて咳が出始め、1カ月くらいしつこく続くのが特徴です。特に、早朝や就寝前に、ひどく咳込む傾向があります。咳が長引き、なかなか改善されない場合は、治療薬があるので受診をしましょう。潜伏期間(14～21日)が長く、感染源の特定は困難ですが、熱やアルコールに弱いので消毒薬を使用することで予防が出来ます。咳で感染が広がるため、手洗い・うがいなどもこまめに行いましょう。



《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歳頃にほぼ完成すると言われています。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まの視力を育てていきましょう。

こんな見方は危険信号！

- ・テレビや絵本に近づいてみる
- ・明るい戸外でまぶしがる。
- ・目つきが悪い、目が寄っている
- ・上目遣いに物を見る
- ・目を細めてみる
- ・見る時に首を曲げたり、頭を傾けたりする

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。