



ほけんだより 10月号



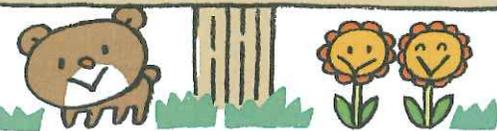
視力検査のお知らせ

- ★10月17日(火) らいおん組
- ★10月20日(金) とら組
- ★10月24日(火) ねこ組

※幼児組のみの実施となります。

注意事項

園でおこなっている視力検査は天候や疲れ具合、集中力に左右されるため、あくまでも目安としてお考えください。
ご心配な方は眼科受診をおすすめします。



お知らせ

乳児医療証が10月1日に更新になります。乳児医療証をコピーしたものを指定の用紙に（園だよりにはさまっています）貼っていただき（保険証が変わった方も同じくコピーを提出してください）、10月6日（金）までに提出をお願い致します。用紙は必ず職員に手渡しして下さいようお願い致します。



★9月の健康状況★

- ★発熱・・・40名弱 ※夏の暑さもおさまり秋らしくなってきました
- ★手足口病・・・11名 ※季節の変わり目で体調を崩しやすい
- ★RSウイルス・・・8名 時期でもあるので、手洗い、うがいや衣服
- ★流行性角結膜炎・・・1名 の調節、また匂いのものを色々食べて、風邪
- ★風邪、咳・・・13名 をひきにくい体づくりをしましょう！！

MR（麻しん風しん）ワクチン予防接種

風しんとは発熱や発疹、首や耳の後ろのリンパ節が腫れます。麻しんは高熱や発疹、咳、鼻水、眼球結膜の充血など風しんに似ていますが、より重い症状がでます。ともに感染力が強く空気を介して人から人へうつるため、手洗いやマスクだけでは予防できません。十分な免疫をつけるためには2回接種が必要です。

2回接種すると・・・

1回接種より2回接種のほうがより確実に感染を予防し、また周囲への感染の拡大を防ぐことができるため、2回の接種が推奨されています。



いつ接種するの？

<1回目>
・1歳

<2回目>
・小学校就学前の1年間（5歳以上7歳未満）



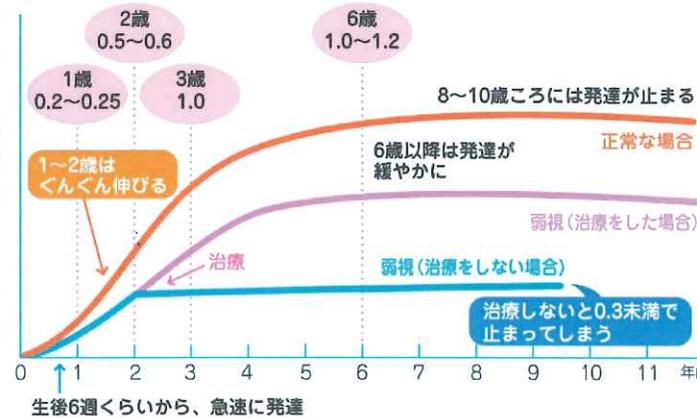
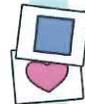
目の健康

いちばん視力が伸びる乳幼児期ですが、実際に視力を調べる機会はあまりありません。また、この時期の子どもは自分の目に異常があったとしても、なかなか自覚できません。周りの大人が、つねに子どもの目に気を配り、守っていきましょう。

視力の発達に重要な乳幼児期



生まれたばかりのときは 0.01 くらいだった視力は、生後6週ころからぐんぐんと発達。5歳で 1.0 以上になり、その後発達の程度は緩やかにになり、8~10歳くらいで完全に止まります。ですから、乳幼児期に、なんらかのトラブルで視力の発達がうまくいかなかった場合、その後視力を伸ばすのはとても難しいのです。



片目の視力チェック法

片目が見えていない状態は、見つけにくいものです。あそび感覚で、さりげなくチェックしてみましょう。子どもの背後から手を回して片方ずつ目を隠し、両方とも同じように見えるか、確認してみましょう。乳児の場合は、どちらか片方を隠したとき、極端にいやがるようなら、左右の視力に大きな差がある可能性が。両方いやがる場合は、目を隠すのが不快なだけということが多いため、問題ないでしょう。



こんな行動があったら 要注意

- 目を細めたり、しかめたりする
- 横目でものを見ることが多い
- テレビなど、極端に近づいて見る
- 必要以上にまぶしがる

じょうずな 手の 洗いかた

ていねいに洗い、ばい菌を流しましょう。

1 腕まくりをする。	2 水道水で手をぬらす。	3 せっけんをしっかりと泡だてる。	4 手のひら、甲を洗う。	5 指と指の間を洗う。
6 親指を反対の手でつつんで洗う。	7 よくこすって、つめの間を洗う。	8 手首を洗う。	9 せっけんを流す。	10 清潔なタオルでふく。