

ほけんだより 10月

平成30年10月
こばとこども園
養護教諭 鈴木

風が心地よくて、からだを動かすのが気持ちいい季節になりました。日中は暖かくても、朝夕にぐっと気温が下がることがあります。一日の気温差が大きいと体調を崩すことが多くなります。体調を調えるために、衣服の調節、十分な休養、バランスのとれた食事を心掛けましょう。



10月11日(木) 13:00~ 秋の内科検診を行います

こども園になり、内科検診が年2回の実施となりました。
今年、2回目の内科検診を10月11日(木) 13:00~実施します。
春の検診と同じく、終了時間が14時を過ぎてしまうため、学年時間差でお迎えをお願いします。
*検診に際し、身体のこと、園医に伝えておいた方がよいこと、又は、相談したいことがある方は事前に連絡帳等で養護教諭までお知らせください。

検診当日、晴の場合

*きょうだいは下の子の時間をお願いします。

	歩き・自転車	車
いちご・年少	14:00~14:05	14:05~14:15
年中	14:15~14:20	14:20~14:30
年長	14:30~14:35	14:35~14:45



検診当日、雨の場合「雨の日のお迎え」*きょうだいは下の子の時間をお願いします。

	歩き・自転車	車
いちご・年少	14:00~14:10	14:10~14:20
年中		14:20~14:30
年長		14:30~14:45

内科検診当日に欠席した園児については、保護者が付き添って園医「坂本医院」で検診を受けて頂きます。なるべく欠席しないようにしてください。なお、欠席者については、受診方法や、期間、時間についてお手紙をお渡ししますので、確認して検診を受けるようにしてください。



10月10日は目の愛護デーで

生まれてから5歳くらいまでは、急速に視力が発達する時期です。

この時期に何らかの問題で良く見ることができないと、メガネでも視力が出ない「弱視」になってしまうことも考えられます。

子どもの目に異変がないか見守りつつ、この期間はいろいろなものを見る機会を設け、ものを見る力を育てましょう。

気になる子どもの目の様子



ものを見る時に…

- ①顔を左右どちらかに傾ける
- ②顔を左右どちらかに回す
- ③顎を上げる、または下げる
- ④目（視線）が内側に寄っている、または外側に外れている
- ⑤目を細めてみる
- ⑥極端に近づいてみようとする
- ⑦上目つき、または下目つき、ものをみる
- ⑧瞼の形や大きさに左右差がある
- ⑨屋外に出ると非常にまぶしがる
- ⑩瞳の中央(奥)が白く光る



一つでも当てはまる様子があるようなら、早めに専門医にご相談ください。



風しんの流行をしっています

このまま増え続けると2020年に大流行を迎えると予測されています。

平成30年9月3日から9月13日までに、静岡県内の風しん患者発生数は7人となり、すでに昨年の年間患者発生数に並んでいます。風しんは、今年の夏頃から首都圏を中心に届出数が増加しており、今後、県内においても更なる感染が拡大する可能性がありますので、感染拡大防止のため、注意喚起いたします。（静岡県保健所 HP より）

風しんに対する免疫を持たない女性が、妊娠中（特に妊娠20週頃まで）に風しんに感染すると、白内障、先天性心疾患、難聴を主な症状とする先天性風しん症候群の児が生まれる可能性があります。前回、日本で流行した際は、罹患者の多くが、予防接種を受けていない成人男性で、家族内や職場内で流行源となっていました。風疹は予防接種で防ぐことができる病気です。母子手帳で記録など、全員の接種歴を確認しましょう。風疹の罹患者がなく、ワクチン接種歴がない、又は抗体検査で免疫があることを確認できない場合は、任意でのワクチン接種を検討してください。（市町で補助金の対象となる場合があります。）

また、年長児は麻しん風疹の定期予防接種の対象者になっています。体調が良い時に受けるようにしましょう。