



# ほけんだより・10月

令和4年9月29日  
四つ木なかよし保育園  
看護師

夏の暑さもおさまり、朝夕はぐっと冷え込むようにもなりました。季節の変わり目で体調を崩しやすい時期でもあるので、手洗いうがいや衣服の調節などをして、風邪を予防しましょう。

## 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様の視力を育てていきましょう。

### 涙の役割

涙には、様々な役割があり、瞬きによって出てきます。

- 目の表面(角膜)の乾燥を防ぎ、傷の治りを早める
- 細菌やアレルギー物質を洗い流す
- 目の表面に酸素や栄養を運ぶ



## RSウイルス感染症

※葛飾区内で少しずつ増えています

気管支炎や肺炎などを起こすウイルス感染症で、冬場に乳幼児の多くが感染します。終生免疫ではなく、2歳までにほぼ100%感染すると言われていたため、毎年かかる子どもも多いようです。



4～5日の潜伏期間の後、鼻水、咳、発熱などのかぜ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。手洗いうがいをしっかり行い予防しましょう。

## ○10月13日(木)10:00～歯科健診

当日の朝は、朝ご飯を食べ、きれいに歯を磨いてからの登園をお願いします。

※欠席の場合は、直接園医のよつば歯科へ健診して頂くことになりますので、ご了承下さい。



- ★体調不良時は無理せず欠席をお願いします。
- ★当日欠席予定の方は、健診のみの参加も可能です。

## インフルエンザ予防接種

感染力の強いインフルエンザにかかりにくくなり、発病しても重症化するのを防ぎます。接種を受けてから抗体ができるまでには約2週間かかるので、10月～12月頃には接種を済ませておきましょう。それぞれの医療機関の予約開始時期を確認しておきましょう。

- ★インフルエンザ予防接種を受けた際は、担任に伝えて下さい。健康カードにも記入をお願いします。



### ●0歳児健診(もも組)

10月12日(水) 11:00～

体調不良時は無理せず欠席をお願いします。

### ●9月の欠席状況理由

発熱・咳・鼻水・咽頭痛