



令和2年1月  
ソフィア東生駒こども園  
看護師  
本園 青木  
分園 川端

あけましておめでとうございます。令和最初のお正月は楽しく過ごされましたでしょうか？  
2020年気持ちも新たに、すくすく通信を通して子どもたちの健康管理や病気の予防方法など  
健康に関する情報をお伝えしていきたいと思ひます。本年もどうぞよろしくお願い申し上げます。

## お子さまの靴選び、困っていませんか？

～足の機能は6歳までの靴で大きく変わります～

### ★子どもの靴選びの基本

#### 1、かかとまわりがしっかりしていること

- ・靴のかかとを後ろから指でつまみ、「こんなに硬くていいの？」と思うくらいの靴がおすすめです。
- ・かかとまわりはきちんとフィットしていることが重要です。



#### 2、前から1/3の位置で曲がること

- ・足裏の最も動きの多い部分です。歩くとき、走るときに地面を蹴るのはこの部分より先です。  
真ん中で折れ曲がる靴、全く曲がらない靴は不適切な靴といえます。

#### 3、足の成長を見越して、つま先に余裕があること

- ・足を圧迫せず、変形を起こさせないためには、約1～1.5cmの余裕が必要です。

#### 4、足が前すべりせず、甲の部分がフィットしていること

- ・つま先の余裕を保つために靴のひも、もしくはマジックテープのバンドをきちんと締め  
足の甲の部分で動かないように留められるような靴がおすすめです。

#### 5、中敷きを外せること(できれば)

- ・しっかり立位が保てるお子さまには、中敷きを靴から出して、かかとに合わせて、  
真っ直ぐ立たせて計るのが一番良い計測方法です。

### ★靴の履き方

「かかとトントン、ベルトをギュー」

※お家でもお子さまにお声掛け下さいね。



# デング熱について

## ●デング熱の国内感染症例について

デング熱については、デング熱発生地域を旅行した際に現地で感染し、帰国後発症した輸入症例が年間200例以上報告されています。昨年9月東京都内で海外渡航歴がないにもかかわらず、旅行先(奈良市内又は京都市内)でデング熱ウイルスを保有している蚊に刺されて感染し発症したと推定される症例が報告されましたが、デング熱の国内感染は極めてまれなことです。



## ●デング熱とは

デングウイルスによっておこる急性熱性感染症です。ウイルスに感染した患者を蚊が吸血すると、蚊の体内でウイルスが増殖し、その蚊が他者を吸血することで感染します(蚊媒介感染)。ヒトからヒトへは直接は感染しません。国内では、ヒトスジシマカがデング熱を媒介する可能性があります。

## ●症状

おもな症状は、発熱、発疹、頭痛、筋肉痛などです。まれに重症化することがありますが、通常は発症後2～7日で解熱します。



## ●予防対策

屋外の蚊がたくさんいる場所で活動する場合は、できるだけ肌の露出を最小限にしたり、虫よけ剤を使用します。当園では、人体に優しい成分(防腐剤や化学物質不使用)の除虫菊を使用した蚊取り線香を使用しています。

### 【除虫菊について】

茎を火で燃やしても除虫効果がありますし、和名の「シロバナムシヨケギク」の名の通り、庭や畑の淵に植えておけば、虫除けにもなります。



※参考資料:厚生労働省ホームページ

## 保健からのお知らせ

1月 身体計測(0才児は頭囲・胸囲も)

1月30日(木) 内科健診 (全園児対象)

※内科健診結果で、医療機関を受診された方は、個別にお渡しする結果用紙にご記入頂き、園の方まで提出してください。



～看護師より～

寒い日が続き、防寒着を着用して登園されるお子さまが増えてきました。戸外遊びの際に、防寒着についているフードが遊具等に引っかかり事故につながる危険性があります。取り外し可能なフードは外して頂き、取り外しができないフードについては、戸外遊びの時は背中に入れて着用して頂きます。事故防止のため保護者の皆様のご理解・ご協力をお願いいたします。

