



夏の暑さも少しずつおさまり、秋らしくなってきました。生駒山をさわやかに吹く風が秋の気配を知らせてくれます。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、かぜを予防しましょう。

10月10日は目の愛護デー



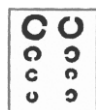
子どもの目は毎日発達していて、両目の視力機能は、6歳頃にほぼ完成するとされています。その後に視力が低下するのは、幼い頃の姿勢や、体の動かし方も関係しているそうです。自然の中で十分に遊ばせ、外の景色をたくさん見せることでお子さまの視力を育てていきましょう。

こんな見方をしていませんか？

◆テレビや絵本に近付いて見る

◆見る時に首を曲げたり、頭を傾けたりする

◆目つきが悪い、目が寄っている



◆明るい戸外でまぶしがる

◆上目遣いに物を見る

◆目を細めて見る

このような症状が見られるときは、斜視や視力低下、弱視など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。

● 目に良い栄養 ABC ●

ビタミンA→目の粘膜を強くする（にんじん・ほうれん草・かぼちゃなどの緑黄色野菜）

ビタミンB群→目の神経の働きを助ける（B1：豚肉・サバ・玄米・レンコン

B2：レバー・納豆・卵・海苔）

ビタミンC→目の健康を保つ（柿・小松菜・ブロッコリー・じゃがいも・さつまいも・大根）



◆視力検査について◆

当園では毎年11月頃に4～5歳児クラスを対象に、保健師による視力検査を実施しております。事前に問診票をお渡しし、ご記入頂きます。視力検査の判定基準も平成28年度より変更されており、問診票と視力検査双方の結果から、眼科受診を勧奨させていただきます。

- 判定基準～ 4才児・・・視力0.9未満もしくは左右2段階以上の差
- 5才児・・・視力1.0未満もしくは左右2段階以上の差

何か気にかかることがある時は、早めに眼科や小児科の医師に相談してください。また市で行われる3歳6か月健診は必ず受診しましょう！ お忙しい中、お手数をお掛けしますが、保護者の皆様のご理解ご協力の程、よろしくお願い申し上げます

RSウイルス感染症

◆RS感染症とは

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%感染するとされているため、毎年かかるお子さまも多いようです。



◆症状

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お子さまもいます。特に、心肺の基礎疾患があるお子さまは、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ヵ月未満の乳児も、重症化しやすいとされています。手洗い・うがいをしっかり行い、予防に努めましょう！

◆対応は

- 医療機関を受診しましょう（医療機関によりますが、簡易検査が可能です）。
症状が軽い場合は、かぜを引いた時と同様に、水分補給、睡眠、栄養、保温に注意し安静にして経過を見ます。
脱水気味になると、痰が粘稠になり吐き出すことが困難になるなど、乳幼児は病状が急変しやすいため、細心の注意が必要です。
- 当園でもRSウイルス感染症が発生した場合、行政の指導により職員のマスク着用を実施し感染拡大予防に努めております。ご理解の程よろしくお願い致します。

～衣替え～

日中は暖かいです。夕方になると冷え込んで来る日もあります。この時期は薄手の長そでTシャツや、カーディガン、上着など、暑さにも寒さにも対応できる着替えのご準備をロッカーにお願いします。

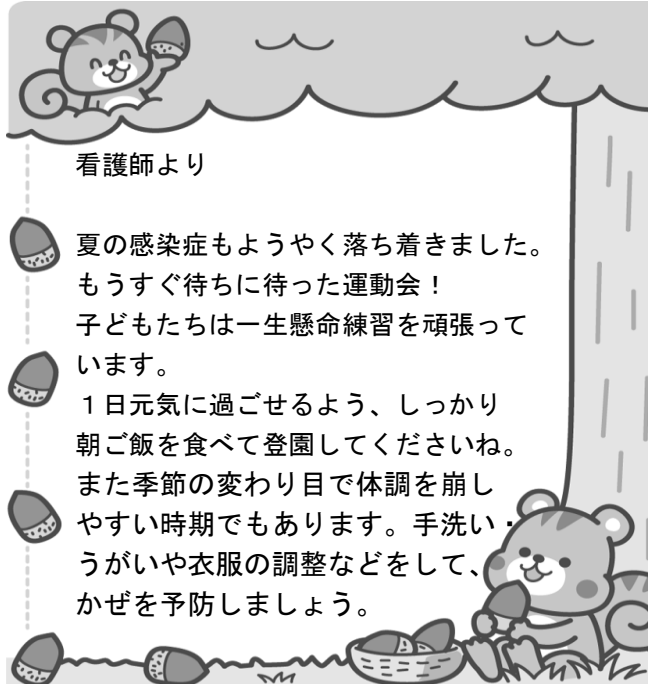


保健からのお知らせ

10月 身体計測（全園児）
頭囲・胸囲計測（全園児）

10月～11月 視力検査（4・5才児）

※視力検査の詳細は決定次第、連絡させていただきます



看護師より

夏の感染症もようやく落ち着きました。もうすぐ待ちに待った運動会！子どもたちは一生懸命練習を頑張っています。

1日元気に過ごせるよう、しっかり朝ご飯を食べて登園してくださいね。また季節の変わり目で体調を崩しやすい時期でもあります。手洗い・うがいや衣服の調整などをして、かぜを予防しましょう。