



2022年度  
ほけんだより 第6号

久宝まぶねこども園 992-2033

10月7日 発行

はとぐみ・ひつじぐみは運動会を終え、少しずつ発表会の取り組みに、幼児部は運動会に向けた取り組みも大詰めです。秋の遠足を楽しみにしながら、園外へ出る機会が増えています。よく遊びに出かける久宝寺緑地公園では、色々なきのこが生えており、管理事務所から『触らないようにしてください』とのことですので、ご家庭でもご注意ください。

季節の変わり目で、咳・鼻水が出ているお友だちが増えています。ご家庭でも様子を見て、早めに受診するようにしてください。

お願い

◎爪が伸びているお友だちがいます。割れてしまったり、爪の中に細菌が繁殖しやすくなります。自分自身やお友だちを傷つけることにもなりかねません。週末には、爪を切る習慣をつけるようにしましょう。

◎保育中の応急処置として、白色ワセリンを使用することがあります。使用を避けてほしいという方は、担任までお声がけください。



ヒトメタニューモウイルス感染症

☆症状は、咳・ゼイゼイ、鼻水などで、かかりやすいのは1～2歳です。また、高熱が5～7日間と長く続くことがあります。咳などの症状が治まるまでには2～3週間かかります。八尾市でも9月頃から流行しています。

Point 1 治療

・ヒトメタニューモウイルス感染症に効く薬はなく、解熱剤や咳止め等が処方されることはあります。多くは外来で治療できますが、肺炎等で入院が必要になることがあります。病状の変化を見極めることが大事ですので、主治医の指示通りに受診してください。

Point 2 家庭で気をつけること

・食欲がない場合は、水分やお子さんの好きなものを与えましょう。  
・呼吸が苦しそうな時は、背中を優しくたたき、体を起こすように抱っこするなどしてください。  
・ぐったりしていなければ、入浴してもかまいません。

Point 3 こんな時はもう一度受診

・胸やお腹をぺこぺこさせて息をしている時！  
・ゼイゼイ・ヒューヒューの音が強く、息苦しい時！  
・咳き込みがひどく、眠れない時！ ・水分がとれず、ぐったりしている時！



ちゃんと見えているかな？

▶ 当てはまるものがあれば受診して！ ▶

視力の発達にはタイムリミットが

赤ちゃんや就学前の子どもは、0.2程度の視力があれば、不便なく日常生活を送れるため、多くの保護者は子どもの視力不良や、片目の視力だけが弱いことに気づきにくいといわれています。しかし、視力が発達するのは6～8歳まで。その年齢まで見えにくい状態を放置しておくと、眼鏡をかけても視力が出ない「弱視」になってしまいます。気になることがあれば3歳児健診を待たずに受診して、早期発見・早期治療をすることがとても重要です。

<input type="checkbox"/> 物を見るとき、左右どちらかに頭を傾ける、顔を回す、あごを上げる（下げる）	<input type="checkbox"/> 片方の目（視線）が内側に寄っている	<input type="checkbox"/> 片方の目（視線）が外側に向いている
<input type="checkbox"/> 目を細めて見る	<input type="checkbox"/> 上目づかい（下目づかい）で物を見る	<input type="checkbox"/> 極端に近づいて見ようとする
<input type="checkbox"/> 屋外で異常にまぶしがる・いやがる	<input type="checkbox"/> まぶたの形（大きさ）に左右差がある	<input type="checkbox"/> 瞳の中央（奥の方）が白く光る

10月10日は  
目の愛護デー



生まれたときは明暗を感じる程度の子どもの視力が、大人並みの1.0くらいになるのが、6歳ころといわれます。子どもは視力に異常が生じても、自分で症状を訴えることが難しいものです。気になる様子が見られたら、眼科を受診しましょう。目の異常は、早く発見して早く治療することが大切です。

こんなときは心配です

- 目を細めて見る
- 片目で見ると
- 顔を傾けて見る
- まぶしがる
- いつも涙ぐんでいる
- まぶたが下がっている



インフルエンザ対策はお早めに



インフルエンザに感染すると、高熱、せきや鼻水、のどの痛み、筋肉痛などのつらい全身症状を伴います。家族からうつることも多いので、みんなで予防心がけましょう！

予防のために



- ① 予防接種を受けるようにする
- ② 外から帰ったら、必ずうがいと手洗いをする
- ③ 栄養のある食事と、水分をしっかりとる
- ④ 室内の湿度、温度に気をつけ、こまめに換気する
- ⑤ 室温は20℃前後、湿度は60%くらいを保つ
- ⑥ 人混みを避ける



たっぷりの睡眠も大切！

