



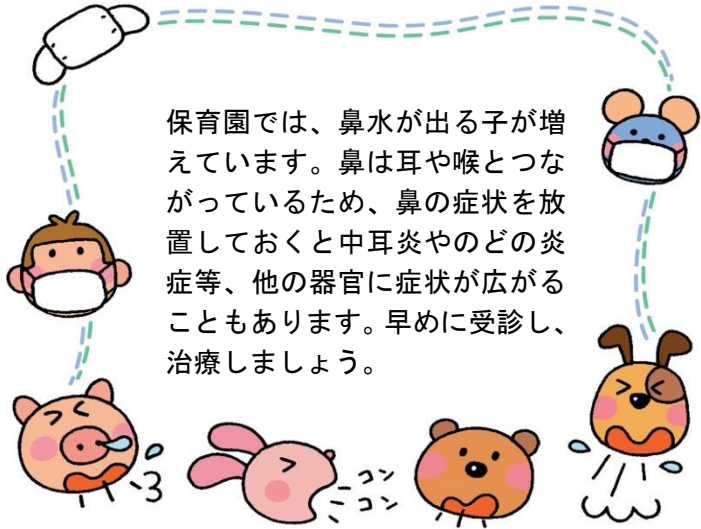
10月 ほけんだより



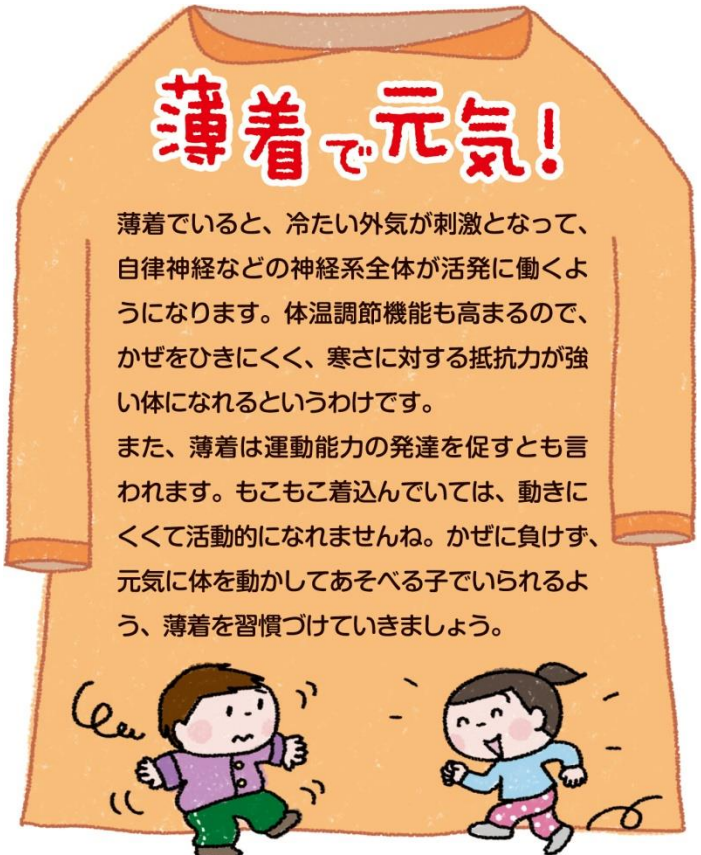
平成 30 年 10 月 1 日

織笠保育園

朝夕はグッと冷え込むようになりました。この時期は体調を崩しやすいので手洗い、うがい、衣類の調節等をして風邪予防をしましょう。



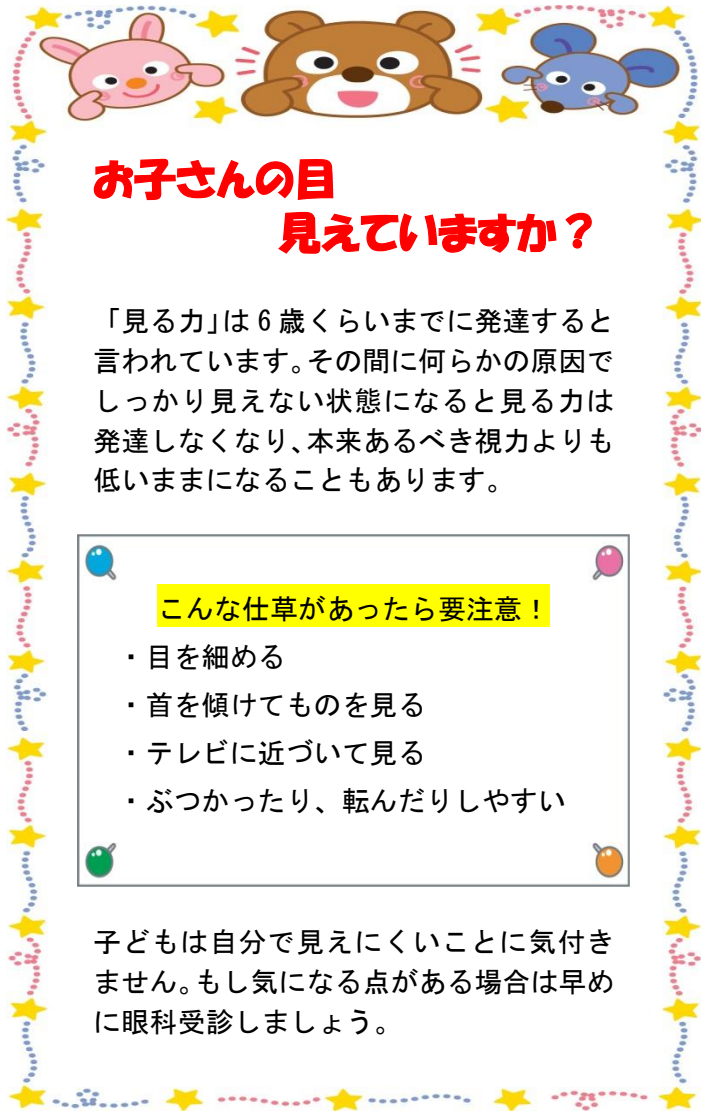
保育園では、鼻水が出る子が増えています。鼻は耳や喉とつながっているため、鼻の症状を放置しておくとも中耳炎やのどの炎症等、他の器官に症状が広がることもあります。早めに受診し、治療しましょう。



薄着で元気!

薄着していると、冷たい外気が刺激となって、自律神経などの神経系全体が活発に働くようになります。体温調節機能も高まるので、かぜをひきにくく、寒さに対する抵抗力が強い体になれるというわけです。

また、薄着は運動能力の発達を促すとも言われます。もこもこ着込んでいては、動きにくくて活動的になれませんね。かぜに負けず、元気に体を動かしてあそべる子でいられるよう、薄着を習慣づけていきましょう。



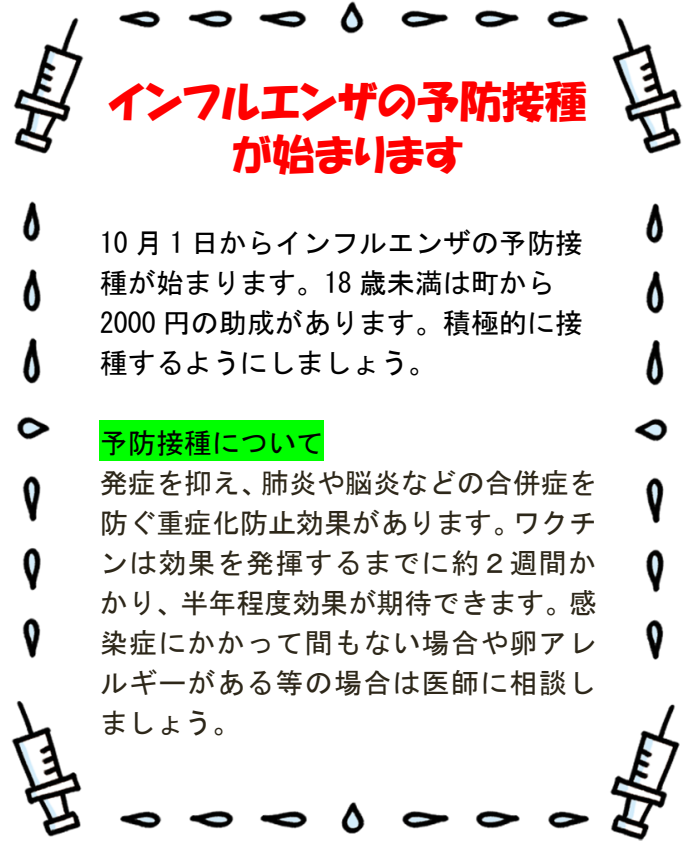
お子さんの目 見えていますか？

「見る力」は6歳くらいまでに発達すると言われてます。その間に何らかの原因でしっかり見えない状態になると見る力は発達しなくなり、本来あるべき視力よりも低いままになることもあります。

こんな仕草があったら要注意!

- ・目を細める
- ・首を傾けてものを見る
- ・テレビに近づいて見る
- ・ぶつかったり、転んだりしやすい

子どもは自分で見えにくいことに気付きません。もし気になる点がある場合は早めに眼科受診しましょう。



インフルエンザの予防接種 が始まります

10月1日からインフルエンザの予防接種が始まります。18歳未満は町から2000円の助成があります。積極的に接種するようにしましょう。

予防接種について

発症を抑え、肺炎や脳炎などの合併症を防ぐ重症化防止効果があります。ワクチンは効果を発揮するまでに約2週間かかり、半年程度効果が期待できます。感染症にかかって間もない場合や卵アレルギーがある等の場合は医師に相談しましょう。