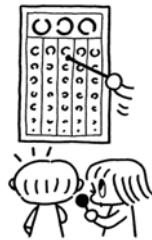




# 10月 ほけんだよ

平成26年10月 あおぞら保育園



過ごしやすい気候になり、体を動かすのが気持ちのよい季節になりましたね。秋は、「食欲の秋」「芸術の秋」「読書の秋」「スポーツの秋」・・・など。子どもの体力もぐんと伸びる時期でもあります。運動会まであと3日！！練習もいよいよ大詰め。かけっこの練習中、走って転んでも泣かず、再び走る姿は、「たくましい！強いなあ〜」と感じました。そのあとの処置は「痛いよ〜」と泣きそうになっていましたが・・・そんな子どもたちの頑張りを楽しみにしてくださいね。

行事を通してお友達と楽しい経験をし、健康な体を育てていきましょう。

## ◇0歳児検診

10月20日(月)  
14:30~

## ◇秋の健康診断 (全園児対象)

11月21日(金)  
14:30~



10月は衣替えです。衣服の点検をしましょう。

- ・サイズは小さくないですか？
- ・ズボンのゴムはゆるくないですか？
- ・名前が書いてありますか？



日中は、暑くても朝晩は冷えます。気温の変化に合わせて衣服調節をしていきたいと思しますので半袖Tシャツ、長袖シャツ、肌着等 多めに補充をお願いします。

## 2歳未満は要注意！ RSウイルス感染症

秋から冬にかけて多くなる「RSウイルス感染症」。感染力が強く、2歳までにほぼ100%感染するとも言われます。年齢が低いほど重症化しやすく、呼吸困難になったり、気管支炎、細気管支炎、肺炎などの合併症を起こしたりすることもあるので「かぜかな」と感じたら、念のため病院へ行きましょう。

38~39℃  
の高熱

セイセイとい呼吸音

激しいせき

鼻水

せきがひどいときは……

- 体を起こすか、縦抱きにして背中をさする
- 室温は上げすぎず、加湿する
- 水分を少しずつゆっくり飲ませる



## おたふくかぜ

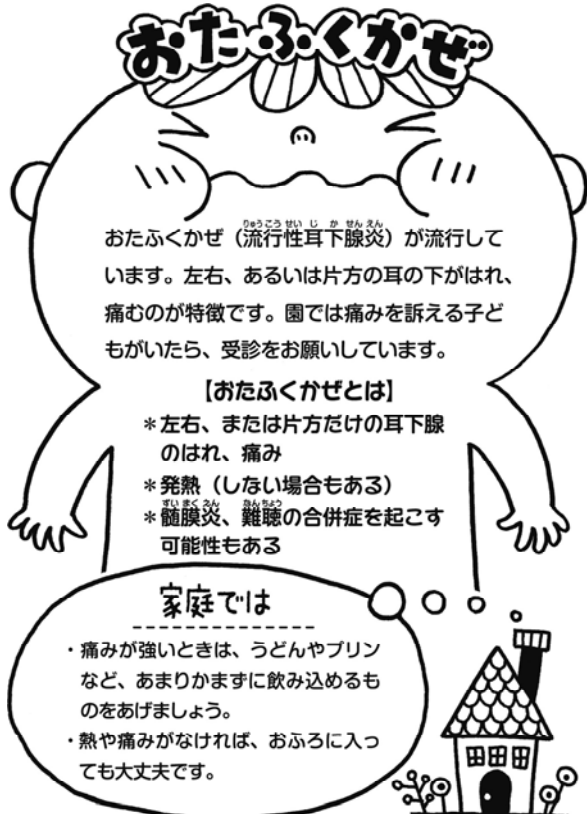
おたふくかぜ(流行性耳下腺炎)が流行しています。左右、あるいは片方の耳の下がはれ、痛むのが特徴です。園では痛みを訴える子どもがいたら、受診をお願いしています。

### 【おたふくかぜとは】

- 左右、または片方だけの耳下腺のはれ、痛み
- 発熱(しない場合もある)
- 髄膜炎、難聴の合併症を起こす可能性もある

### 家庭では

- 痛みが強いときは、うどんやプリンなど、あまりかまずに飲み込めるものをあげましょう。
- 熱や痛みがなければ、お風呂に入っても大丈夫です。



## 保健行事

### ◇視力検査(4・5歳児対象)

10月15日 はな組  
10月16日 つき組

\* 看護師による視力検査です。検査結果は、「じょうぶなからだ」に記載しますのでご覧下さい。

### ◇鼻のかみ方(2歳児から対象)

10月20日~24日

鼻のかみ方を練習します。

## どうして鼻をかむの？

鼻水をためたままにしていると、鼻腔内の細菌が増殖し、副鼻腔炎や中耳炎をひきおこす原因となることがあります。鼻はすすらず、できるだけ出してあげましょう。

## トイレを上手に使えるよ！！(9月の保健指導より)

部屋にトイレの模型を作り、6つの間違えた方法を保育士が演じます。子どもたちは透明人間になって、保育士の様子をこっそり観察……。すると、トイレのドアをバタバタしたり、拭き忘れや紙をちぎって遊んだり……。そんな保育士の姿を見て、子どもたちは笑いをこらえるのに必死。6つの間違えを子どもたちと〇×で当てっこして正しい方法をみんなで練習しました。最後は、うんちが沢山出るように・・・♡と「うんこだすまん体操」を踊りました。

初めての体験でドキドキしていた子もいましたが楽しみながら参加することができました。

次回のトイレ指導は、3月。年長さん対象に「和式ト

## ◇9月の感染症◇

ヘルパンギーナ・・・1名	発熱・咳・・・14名
水ぼうそう・・・1名	嘔吐・・・3名
おたふく・・・1名	

朝晩と日中の寒暖差が大きいので、運動会の練習の疲れとあいまって、突然の発熱や咳で体調を崩しているお子さんもいます。夜は早めに休んで、体力回復に努めましょう。

近隣保育園にてRSウイルス、おたふくと水ぼうそうが流行中です。また、10月1日より水ぼうそうが定期接種に変わりました。詳しくは、羽村市保健センターへお問い合わせください。

## 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歳ごろと言われます。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は難しいこと。気になる様子が見られたら、眼科を受診しましょう。

### こんなときは心配です



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

## その症状 水ぼうそうかも

- 37~38℃くらいの発熱
- 顔、体幹、頭部にも赤い発しんがある
- かゆみの強い水ぼうそうが次々に見える



発しんの出方には個人差があり、特にアトピー性皮膚炎があれば、ひどくなる場合もあります。発しんが見られたら、医師の診断を受け、許可を得てから登園してください。

## 水痘ワクチンが定期接種に

水痘(水ぼうそう)は、子どもの集団内では広がりやすい病気で、発症したら、すべてのブツブツがかさぶたになるまで登園停止となります。

予防接種法の改正で、2014年10月1日から、水痘(水ぼうそう)ワクチンが定期接種に追加されます。

● 対象：生後12カ月~36カ月

● 接種回数：

3カ月以上間隔をあけて2回

経過措置として、平成26年度中に限り、生後36カ月を過ぎ生後60カ月までの子どもについても、定期接種の扱いになります。この場合は、1回接種です。

