

# ほけんだより

令和7年度 10月号

運動会も終わり朝晩の気温は低く肌寒いですが、日中の子ども達は汗をかくほど元気いっぱい活動しています。気温差があり体調を崩しやすい時期ですので、お子さんの服装は健康状態や天候に合わせて調整出来るようにしてみましょう。また、着替えの洋服も長袖、長ズボンの補充をお願いします。合わせてフード付きや紐付きの上衣は事故につながる危険があります。室内で着る服はフードや紐の付いていない物で登園して下さい。

## ～～～8・9月の感染症情報～～～

8月：手足口病	1名	(らっこ組)
水イボ	1名	(らっこ組)
突発性発疹	1名	(らっこ組)
溶連菌感染症	3名	(ぺんぎん組 1名 らっこ組 1名 くじら組 1名)
9月：手足口病	3名	(あかちゃん組 2名 ペんぎん組 1名)
突発性発疹	2名	(あかちゃん組)
水いぼ	4名	(ぺんぎん組 1名 らっこ組 1名 いるか組 1名 くじら組 1名)
りんご病	1名	(いるか組)



## 歯科健診を行いました

10月2日(木)に全園児対象の歯科健診を行いました。今年度も東札幌にある『えばた歯科』の副院長先生が来て下さったの健診でした。虫歯の園児も少なく、歯医者に慣れているのか泣く園児も殆どいませんでした。結果については後日プリントでお知らせします。尚、当日欠席した園児に対しての再健診は行いません。

## 予防接種について

10月になるとインフルエンザの予防接種が始まります。いろいろな感染症を重症化させないために予防接種は有効です。当園では子どもの身体的負担を考慮して接種後の保育(登園)は行なっていません。予防接種はお休み又は昼帰りで受診し、接種後は家庭でゆっくり過ごして下さい。寒くなると流行する感染症の中には予防接種で重症化を防ぐことができる疾患もあります。この時期。改めて母子手帳を見返して、接種忘れが無いか確認してみましょう。

# 10月10日は目の愛護デー

目の病気や感染症は、物を見る時の様子や充血・目ヤニなどで分かることがあります。いつもより、子どもの眼をよく観察するようにしてみませんか？

## 《目ヤニや充血、涙目はカゼや感染症のサイン》

子どもは涙が眼から鼻に流れる鼻涙管が狭いため、頻回に目ヤニが出ますが急に目ヤニが増えた、眼がいつもよりウルウルしている、寝起きに眼が開かない、眼を痒がる等、いつもと違う時は早めに受診しましょう。眼の病気は細菌やウイルスによる感染症の場合と、視力など眼自体の機能的な病気の場合があります。どちらも軽いうちに見つけて治療することが大切です。目ヤニや涙目がみられる病気の代表的なものを紹介します。

### 《結膜炎》

ウイルス性結膜炎は風邪に伴うものや、ウイルスが原因の感染症からくるものなどがあります。どちらの場合も受診し人にうつらないかどうかを確認して下さい。特に流行性角結膜炎（はやりめ）は感染力が強いので、目ヤニが出ている間は登園出来ません。また、アレルギー性結膜炎は痒みを伴うのが特徴です。原因物質（ダニやハウスダスト）を避ける事は難しいので、症状を緩和する薬を処方してもらいましょう。

### 《鼻涙管閉塞症》

新生児の6～20%にみられ、乳児の目のうるうる・目ヤニの原因になっています。鼻と眼は鼻涙管という管でつながっていますが、ここが生まれつき塞がっていたり、狭くなっていて涙がきちんと流れない疾患です。うるうるした状態が続くと視力に影響する恐れがあります。

### 《逆さまつ毛》

まつ毛が内側に向かって眼球に接触している状態。眼球の表面に小さな傷が出来易く、充血・目ヤニ・涙が多いのが特徴です。成長に伴って自然に治ることがありますが、眼科を定期的を受診して眼球に傷が無いかをみてもらうと良いでしょう。

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言われています。その後視力が低下するのは、幼いころの姿勢や身体の動かし方が関係しているそうです。下記のようなものの見方をしていたら危険信号です。（斜視や弱視の可能性がかんがえられます）

- テレビや絵本に近付いて見ている
- 目を細めて見る
- 明るい戸外で眩しがる
- 上目使いに物を見る
- 目つきが悪い（睨むように見る）、目が寄っている
- 物を見る時や話を聞いている時、頭を傾ける

**子どもは視力が悪い(見えにくい)ことを自覚できないため、上記のような症状がないか気に掛けてみて下さい。症状が見られた場合、すぐに眼科を受診しましょう。**

