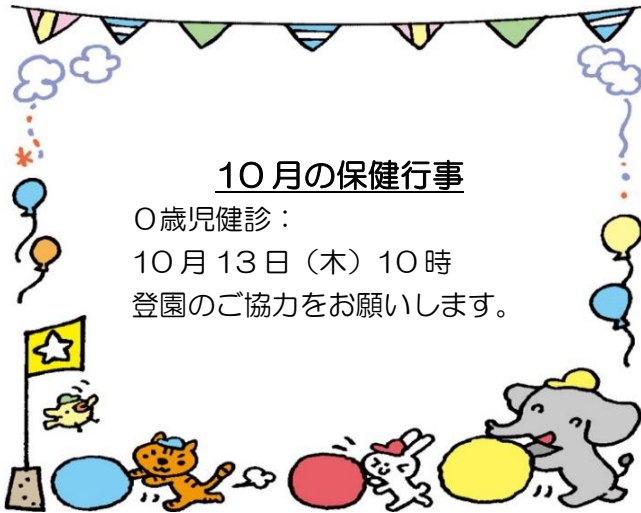




# ほけんだより

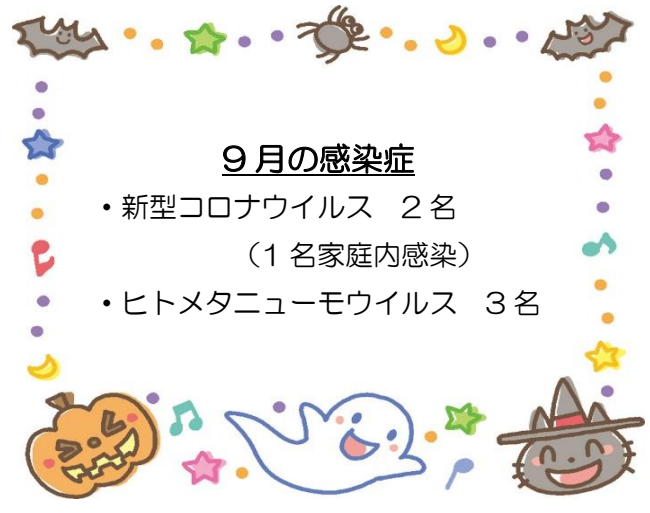
令和4年度 10月1日発行  
両国・なかよし保育園  
看護師

気持ち良い秋晴れの下、伸び伸びと身体を動かすことを楽しんでいる子どもたち。昼夜の気温差が大きい季節でもあるので、健康面には十分に気をつけていきたいと思います。



## 10月の保健行事

0歳児健診：  
10月13日（木）10時  
登園のご協力をお願いします。



## 9月の感染症

- ・新型コロナウイルス 2名  
(1名家庭内感染)
- ・ヒトメタニューモウイルス 3名

## 10月10日は目の愛護デー



2つの10を横に倒すと、まゆと目の形に見えることから、10月10日は目の愛護デーとされています。乳幼児期は子どもの目をもっとも育つ時期です。この機会に、子どもの「目」の健康を改めて見直しましょう。

## 視力

人は生まれた時から目がはっきり見えているわけではありません。生後1ヶ月くらいには、目の前で手を振ると手の動きを認知できる「手動弁」と言われる程度の視力になります。5歳くらいになると視力1.0以上になり、6～8歳の時期に完了します。

年齢	視力
新生児	0.02
1歳	0.2
2歳	0.5
5歳	1.0

## インフルエンザワクチン



インフルエンザワクチンは生後6カ月から接種可能になります。12歳以下の小児は2回接種し、1回目から2回目の間隔は2～4週間、可能であれば3～4週間の間隔をおくと高い免疫効果が得られると言われています。インフルエンザは例年12月～4月頃に流行し、例年1月末～3月上旬に流行のピークを迎えますので、12月中旬までにワクチン接種を終えることが望ましいと考えられます。

インフルエンザワクチンは感染を完全に阻止する効果はありませんが、乳幼児では概ね20～60%の発病防止効果、重症化予防に関する有効性があるとされています。

しかし、乳幼児をインフルエンザウイルスの感染から守るためには、ワクチン接種に加え、御家族や周囲の大人たちが手洗いや咳エチケットを徹底することや、流行時期は人が多く集まる場所に行かないようにすることなどで、乳幼児がインフルエンザウイルスへ曝露される機会を出来るだけ減らす工夫も重要です。