



ほけんだより

令和5年10月1日発行

両国・なかよし保育園

看護師

秋といえば…スポーツの秋、収穫の秋、食欲の秋などが浮かんできます。園でも運動会を予定しており、子どもたちにとって楽しい行事がやってきます！また、ぐんぐんと体力が伸びる時期でもあります。楽しい経験を通して、健康な体をはぐくんでいきましょう。

10月の保健行事

- ・10月12日 10時～ 0歳児健診
- もも組さん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
- ・アデノウイルス 1名

園で鼻水症状のある子が多くみられています。鼻水や鼻づまりを放っておくと、鼻やのどの粘膜が炎症を起こし、他の病気になることがあります。鼻水・鼻詰まりが気になったら早めに病院を受診しましょう。そして家庭では、鼻水が出たら拭く、鼻がつまったらかむという生活習慣が身に付くよう繰り返し伝えていきましょう。

①鼻水が出る



元気で食欲もあり、他に症状がみられない場合は鼻水をこまめに拭きとり、しばらく様子を見守りましょう。

②鼻水が長く続く



病院を受診しましょう。水のような鼻水はかぜ、アレルギー性鼻炎など。粘り気のある鼻水は蓄膿症の可能性もあります。

③鼻水で鼻の下が荒れ赤くなっている。



クリームを塗ってケアしましょう。



④鼻づまり



鼻の粘膜が腫れてしまうために起こります。呼吸がしづらく苦しそうな場合は、病院や自宅で吸引すると少し楽になります。

10月10日は…目の愛護デー

<視力の発達に重要な乳幼児期>

生まれたばかりのとき 0.01 くらいだった視力は、生後 6 週ころからぐんぐんと発達。5 歳で 1.0 以上になり、その後発達の程度は緩やかになり、8~10 歳くらいで完全に止まります。そのため、乳幼児期に何らかのトラブルで視力の発達がうまくいかなかった場合、その後の視力を伸ばすのはとても難しくなります。

日頃から子どもの目の状態に注意を向け、おかしいと思ったら早めに受診しましょう。

