

つぼみ保育園 保健室 2023年10月

今年は猛暑の夏からやっと少し過ごしやすい気候になり、体を動かすのに気持ちのよい季節になりました。これから1日の気温の差も激しくなってきますので、衣類の調整をしながら、薄着の習慣を身に付け、病気に負けない体力づくりをしていきましょう。

10月の目標
目を大切に
体力づくりに励みましょう

10月の予定

- 2日(月) まつぼっくり身体測定
くすのき身体測定
- 4日(水) くるみ身体測定
しいのみ身体測定
- 10日(火) たんぼぼ身体測定
- 11日(水) たけのこ身体測定
- 24日(火) しいのみ視力検査
- 27日(金) 園医健診 午後
(たんぼぼ・くすのき)

薄着の習慣は「秋」からスタート

肌寒くなってくると、つい子どもに厚着をさせたいくなりますが、子どもは意外と寒さに強いもの。冬に向けて抵抗力をつけ、丈夫な皮膚を作っていくためにも、今から薄着を心がけていきましょう。

薄着で過ごすコツ

- 寒いときは薄手の上着で調節する
- 肌着を着て保温する
- おなかと背中が出ないようにする



大人より「少し遅く」「1枚少なく」!

大人が「長そでを着よう」と思ったとき、子どもは長そでにするのを少し遅らせる。大人が重ね着するとき、子どもは1枚少なく着せる。こうすると、自然と薄着が習慣づけられます。

9月の感染症情報

- | | | | |
|-----------|-----|------------------|----|
| ● 手足口病 | 11名 | ● 咽頭結膜熱(アデノウイルス) | 4名 |
| ● 嘔吐、下痢症状 | 11名 | ● インフルエンザ(A) | 5名 |
| ● 伝染性膿痂疹 | 2名 | ● 流行性耳下腺炎疑い | 2名 |

コロナウイルス感染症、インフルエンザ、手足口病、アデノウイルス感染症(咽頭結膜熱、流行性角結膜炎、ウイルス性胃腸炎、膀胱炎)と感染症が大流行しています。園内ではまだ少人数ですが、どれも感染力の強いウイルスです。感染症と診断された場合は必ず、園に連絡をお願いします。手指のアルコール消毒が効かないウイルスもあります。

流水での手洗い・うがいをし、元気に登園できるように頑張ってください。

汚れものの取り扱い（便・嘔吐物・血液付着）

通常、使用しました衣類は、そのままお返ししておりますが、便や嘔吐物、血液などで汚れた衣類等についても、園では洗濯をしないこととしています。

これは2次的な感染のリスクを最小限にとどめるためです。

汚れ物はビニール袋に入れてお返しします。園内での感染予防の為、ご了承くださいようお願いいたします。

乳幼児は体温が大人よりも高く、蚊に刺されやすい傾向にあります。個人差はありますが、皮膚アレルギー反応をおこし、痒みや、赤く腫れることがあります。また、掻きむしってとびひなどの症状を起こすことがあります。

処置としては

- ① すぐに刺された部分を水で洗い流し、清潔にする。
- ② かゆいところは流水や、氷で冷やすと痒みがやわらぎます。
★ 痒み止め（園ではムヒベビーを使用）を塗る。

虫除けスプレーについて

保育園では、蚊の多く発生しているときは「イカリジン」の成分の虫除けスプレーを使用しています。

★早朝時間帯などは園では虫よけスプレーは使用していません。朝、登園前にお家で使用されてくることをお勧めします。（6～8時間効果があります）

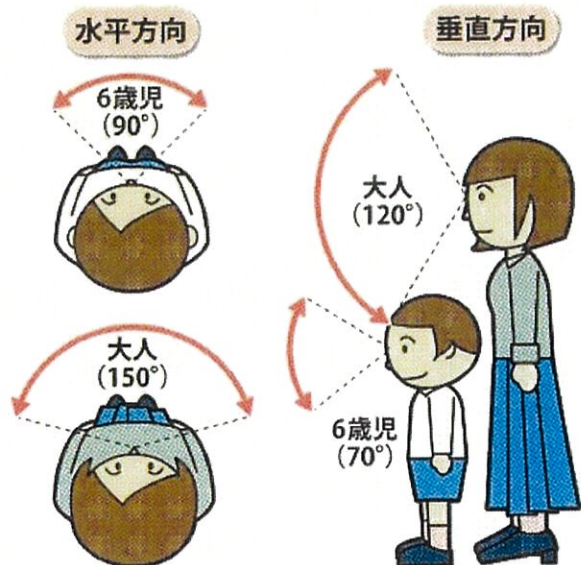
★衣類等に貼る虫除けシールなどは、以前 口の中に入れている園児がいたり、保育室に落ちていたり危険なので使用しないようにお願いします。

今の時期に冬の服を購入しておくことをお勧めします！（裏起毛のない服を）

寒くなると、お店には、裏起毛のトレーナーやズボンが販売され始めます。保育園では、3歳まではお部屋に床暖房がついていて、部屋はとても暖かく、動くときすぐ汗ばんでしまいます。裏起毛の服は汗を吸収せず、かえって体を冷やしてしまい風邪をひきやすくなります。また、厚手のため動きを抑制してしまいます。

寒い日は薄手の服を重ね着すると、体が暖かくなります。綿100%の肌着は服との間に空気の層を作り、温かさを外に逃がさないで、保温保湿に優れています。

子どもの視界



※「東京都版チャイルドビジョン」などを基に作成

迷子になりやすい6条件

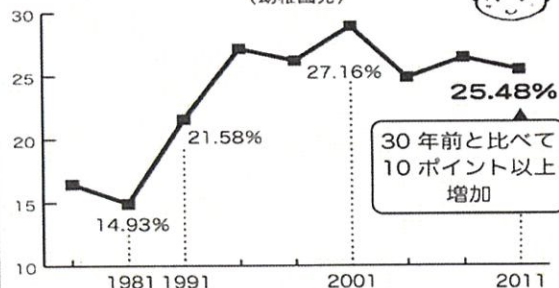
- 1) 子どもが親の先に行ってしまう
- 2) 親が先に行き、子どもを後ろにする
- 3) 子どもにどこかで待つよう指示して離れる
- 4) 子どもが同じ場所で遊んでいるので、安心して目を離す
- 5) 親は離れたつもりはなくても、少し違う行動をすると、子どもは「いなくなった」と勘違いして捜す
- 6) トイレなどに子どもだけで行かせ、戻ってこれなくなる

※「子どもの危険回避研究所」のホームページを基に作成

10月に4歳児(しいのみ)、1月に3歳児(まつぼっくり)の視力検査を行います。

10月10日は目の愛護デー 目の健康や大切さについて考える日

少しずつ増えています!!
視力1.0未満の子ども
(幼稚園児)

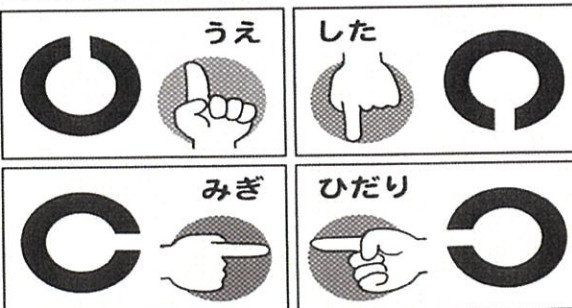


◆データ：「平成23年度学校保健統計調査 結果の概要」文部科学省

目のけんさをするよ

どこに すきまがあいているかな?

声と手で
おしえてね



考えられる原因は?

◆遊び方の変化



ゲームやDVDの普及で、小さなときから、長時間、近い距離を連続して見続ける遊び方が増えたことも、「見る力」の発達に影響していると考えられます。

子どもの目を守るには?

◆からだを動かす遊びを



さまざまな距離にあるものを目で追い、からだを動かして遊ぶことが、子どもの「見る力」を守り育てます。

目も成長の途中で

近くのもの
がぼんやり見える



動くものを目で追う



近くを見るほうが得意



行動範囲の広がり→遠くを見る力が発達



新生児 0.04 生後3カ月 0.1 生後6カ月 0.2 1歳 0.3~0.4 3歳 67%が1.0 4歳 71%が1.0 5歳 86%が1.0 6歳 視力がほぼ完成