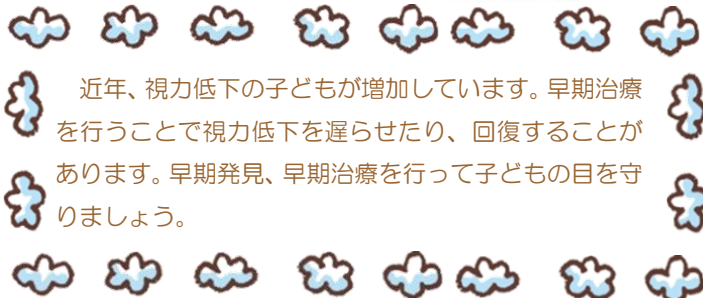


日中の暑さも和らぎ過ごしやすい季節になりました。夜、虫の音が聞こえたり、いわし雲が見られたりすると秋が来たことを実感します。これから寒い時期に入り、体調が崩れやすくなってきます。栄養・睡眠・活動を十分に取って元気な体を作り、冬に備えましょう。

10月10日は

目の愛護デー



近年、視力低下の子どもが増加しています。早期治療を行うことで視力低下を遅らせたり、回復することがあります。早期発見、早期治療を行って子どもの目を守りましょう。

子どもの視力と発達

視力は、言葉や歩行と同じように成長と共に獲得する能力です。0歳では0.1ぐらいの視力しかありませんが、3歳頃には大人と同じくらいに見えるようになります。

こんな様子があった場合は眼科受診を！！

- ① テレビやスマホ、絵本などを近距離で見ている。
- ② 時々目を細めて見ている。
- ③ 歩いている時、電柱や壁など障害物によくぶつかる。
- ④ 片目を閉じて見る。(ウインクしている様子)
- ⑤ 「頭が痛い」(頭痛)とよく訴える。

(弱視について)

弱視は3歳児健診で発見されることが多いのですが、視力検査自体に慣れていないせいで見過ごされることがあります。片方だけ視力低下している場合は、発見がとても難しいです。また、弱視のまま成長すると「その見え方が普通」と思って自分から「見えない」と訴えることはありません。子どもの様子をよく観察し早期発見に努めましょう。

目やに(眼脂)は目の病気のサイン

寝起きや日中に目やにが異常に出る場合は、目の病気に感染しているサインです。目やにをそのままにしておくと症状が悪化したり、他の眼病になったりする可能性があります。目やにが出ている時は、コットンまたは、脱脂綿を濡らしてまぶたからまつ毛の方向に(上から下へ)拭き、目を清潔にしましょう。(市販でも目のふき取り用コットンがあります) **必ず眼科受診をお願いします。**

これから冬に向けて流行が予想される感染症

●アデノウイルス

症状：40℃前後の熱。のどの痛み・腫れ(咽頭炎)。咳、鼻水、目の充血(結膜炎)リンパの腫れなど。

登園の目安：発熱や症状が治まった後2日を経過していること。

*感染力が強いので、家族内で感染があります。ドアノブやスイッチなど人が触る部分の消毒、タオルの共有はしないなどの予防が必要です。

●ヒトメタニューモウイルス感染症
●RSウイルス感染症

症状：咳、鼻水、熱など。特に咳がひどく出て、悪化すると喘息、肺炎に移行しやすいです。低年齢の子どもが感染すると呼吸困難を起こすことがあります。

登園の目安：咳や呼吸困難が治まり、普段の生活が送れるようになるまで。

*ヒトメタニューモウイルス感染症とRSウイルス感染症は症状がほぼ同じです。違いは、ウイルスです。検査をしないとどちらに感染しているかわかりません。



●手足口病

症状：発熱。口(口の周り、口腔内)や手、足に赤いプツプツの湿疹かできます。

*口の中に湿疹ができると飲食できないことがあります。

登園の目安：解熱し、飲食ができるようになるまで。

*登園の目安は、厚生労働省より出ている「保育所における感染症対策ガイドライン」の「登園の目安」を基準にしております。



《アデノウイルス、ヒトメタニューモウイルス、RSウイルスの注意点》

- 大人も感染します。→家族感染しやすいです。
- 喘息や咽頭炎などになりやすい方は症状が悪化しやすいので特に注意が必要です。
- 1度感染して治ってもまた感染します。(何度もかかります)
- 咳やのどの痛みがあるので飲食が困難です。→免疫力の低下に繋がります。

