



ほけんだより

10月号



2026年10月発行
宮保育園
看護師



秋かぜに注意



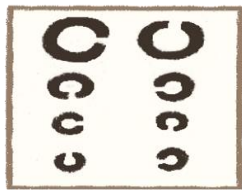
10月10日は 目の愛護デー



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。

その後に視力が低下するのは、幼い頃の姿勢や体の動かし方が関係しているそうです。

自然の中で十分に遊ばせ、外の景色をたくさん見せることでお子さまの視力を育てていきましょう。



こんな見方は危険信号！

- ・テレビや絵本に近付いて見る
- ・明るい戸外でまぶしがる
- ・目を細めて見る
- ・上目遣いに物を見る
- ・目つきが悪い、目が寄っている
- ・見る時に首を曲げたり、頭を傾けたりする

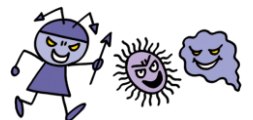
このような症状が見られると斜視や弱視の可能性が考えられます。子どもは視力が悪いことを自覚できないため、上記のような症状がないか普段から気にかけて見るようにしましょう。

秋は気温差が激しいため、かぜ症状が出やすくなります。ご家庭では背中を触るなどして確認し、汗をかいているようなら衣服を取り替えてあげましょう。また、手洗い・うがいをこまめに行う習慣を付け、規則正しい生活でウイルスを寄せ付けないようにしましょう。

高熱（38度以上）が出た時、平熱に戻ってから24時間はお家での静養をお願いします。熱が下がったからと言って、体の中は完全に回復していません。楽しい保育園生活を送るためにもしっかりと静養をとって、元気に登園してください。

高山市には病児保育室プティそれいゆがあります。事前に登録できますので支所、プティそれいゆにお尋ねください。また、ホームページからも用紙がダウンロードできますので、ご活用ください。

9月の園内感染症情報



マイコプラズマ 全国的に大流行しています。しつこい咳が続いている子は受診をお願いします。

溶連菌感染症 登園基準は、5月の保健だよりにも記載しました。

- ① 抗生剤内服開始後24時間以上経過。
 - ② 解熱してから24時間以上経過。
- 2つの条件を満たしていれば、登園可能です。

市内はインフルエンザ・コロナが大流行中です。

インフルエンザ・コロナは登園できない期間（登園停止期間）と、登園を開始できる目安が決められています。

診断されたらコドモンや、電話でお知らせください。お休み期間が分からない時は、受診先か保育園にご相談ください。

歯科検診

10月17日 9時半～

いしはら歯科 石原歯科医師

内科健診

10月28日 13時～

いしうらクリニック 中井医師

※内科健診欠席の方は、保護者の方にて、11月18日までにいしうらクリニックで健診を受けていただくようになります。