



## ほけんだより10月号



佐倉市立佐倉幼稚園  
保健室発行  
令和5年10月2日

もうすぐ待ちに待った運動会！園庭では子どもたちが運動会の練習を頑張る様子が見られます。たくさん体を動かして汗をかくので、着替えの準備とハンカチは忘れずに持たせてください。

また、市内の学校ではインフルエンザが流行していて、学校閉鎖をしたところもでてきています。ご注意ください。

### \* 10月10日は目の愛護デー \*



幼児期の子どもの目は日々発達しています。両目の視力機能は6歳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、姿勢や体の動かし方や環境などが関係していると言われています。自然の中で十分に遊ばせ、外の景色をたくさん見るなどして、お子さまの視力を育てていきましょう。

#### ～ こんな見え方は危険信号 ～

- テレビや絵本に近づいて見ている
- 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、お子さまの様子を観察してください。

# インフルエンザが流行っています

- 初期症状・・・悪寒・急な発熱（39～40℃）・関節痛
- その他の症状・・・下痢・嘔吐・咳・くしゃみ・喉の痛み
- 出席停止期間



（1）発症後5日が経過していること

★発症とは発熱の症状が現れた日を指します

★発熱が始まった日を含まず、翌日を発症第1日目とします。

（2）解熱後（幼児は）3日が経過していること

★解熱した日を含まず、翌日を解熱第1日目とします。

出席停止期間の数え方

● 発症	1日目	2日目	3日目	4日目	5日目				
	→					○ 登園 可能			
		解熱	1日目	2日目	3日目				
				解熱	1日目	2日目	3日目	○ 登園 可能	

●登園前に、登園可能日を確認させていただきますので、解熱したら一度幼稚園までご連絡ください。

●登園してこられた日に、幼稚園にて「インフルエンザにおける療養報告」を保護者の方にご記入していただきます。

## <子どもにとって身近な、ヒトメタニューモウイルス>

<ウイルスの特徴>

●気管支炎や肺炎の原因になるウイルスです。乳幼児の間で流行する傾向があり、10歳までには100%の子どもが感染するといわれています。一度の感染では免疫がつかないために何度でもかかります。大人にも感染します。

●コロナ・インフルエンザ・RSウイルスでもなく、発熱や咳が続く時にこのウイルスを疑いキッドで検査をして診断をつけます。

<主症状>

●咳（1週間程度続く）

●熱（多くの場合、4～5日程度続く）

●鼻水

○重症化すると、ゼイゼイ（ヒューヒュー）という呼吸

