



# ほけんだより 10月号

2023年10月 4日  
大津あいあい保育園

夏の暑さもおさまり、秋らしくなってきました。さわやかに吹く風が秋の深まりを知らせてくれます。季節の変わり目で体調を崩しやすい時期でもあるので、手洗い・うがいや衣服の調整をして風邪を予防しましょう。



## 10/10は目の愛護デー



### こんなサインに注意



頭を傾げる



目を細める



片方の焦点が合わない



片目をつぶって見る



横目で見ると

子どもの目は毎日発達していて、目から情報を取り入れ、脳で処理することを繰り返して視力が発達します。

子どもは視力が悪くてもなかなか自覚できません。早く治療をするほど、回復しやすいので右のようなサインがみられた場合や気になる様子が見られたら受診をしましょう。

そら組 視力聴力検査  
11月21日(火) 27日(月)



お休みのないよう  
お願いします!

## インフルエンザの予防接種あれこれ



風邪よりも症状が重く、感染力も強いインフルエンザ。乳幼児がかかると肺炎やインフルエンザ脳症を引き起こすことも。予防接種を受けておくと、万が一かかっても軽症で済むので安心です。今年度は冬場を待たず既に流行が認められており、同時流行の可能性も高いと言われています。引き続きご注意ください。

### ◆予防接種は毎年受けた方がいい?

◇原因になるウイルスはA型、B型、C型の3つがあり、年によって流行する型が違います。A型とB型がよく流行しますが、毎年予防接種を受けることで効果が期待できます。

### ◆接種するとかからない?

◇必ず感染を防げることはありませんが、合併症や重症化を防ぐことは期待できます。

### ◆予防接種の効果が続くの?

◇接種後、効果が表れるまでに約2週間かかり、その後半年くらい効果が続きます。

### ◆接種の方法は?

◇生後6ヶ月から受けることができます。13歳以上は1回接種、以下は2回接種が必要。1回目接種後、2~4週間空けて2回目を接種します。卵アレルギーの方は、医師との相談が必要です。

### ◆いつ頃受けた方がいい?

◇例年患者数が増えるのは1月~2月ですが、流行するのは12月頃からです。それまでに免疫をつけておこうと思うと、1回目を10月後半に受けるのがよいでしょう。しかし、今年度はすでに流行が認められるため、早めの接種も良いかもしれません。



## 今月の身体計測(頭囲・胸囲も測ります。)

10月19日(木) かもめ・そら・さくら  
20日(金) うみ・めだか・ほたる



## 秋の健康診断のお知らせ

10月26日(木) 13:00~  
※できるだけお休みのないようお願いします!