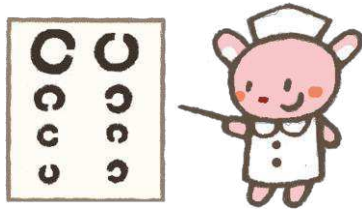


夏の暑さもおさまり、秋らしくなってきました。さわやかに吹く風が秋の深まりを知らせてくれます。季節の変わり目で体調を崩しやすい時期でもあるので、手洗い・うがいや衣服の調節などをして、かぜを予防しましょう。

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てください。



9月の感染症

ヒトメタニューモ
アデノウイルス
インフルエンザA
コロナ

秋には栄養豊富な食べ物が
沢山あります。旬のものを
色々食べて、元気な体を作り
ましょう！



『ヒトメタニューモウイルス感染症』ってなあに？

- RSウイルスと同じ仲間のウイルスです。
- 生後6か月頃から初感染が始まり、2歳までに約半数遅くとも10歳までにほぼ全員が感染します。
- 一度感染しても十分な免疫を得ることができないので繰り返し感染します。
- 乳幼児は重症化することがあります。

<感染経路>

主に唾液、鼻水の接触・飛沫による感染

<潜伏期間>

3～6日

<症状>

- ・発熱（平均5日間）、咳、鼻水などのかぜ症状
- ・咳症状が酷くなり、ゼイゼイした呼吸（喘鳴）を伴い、呼吸が苦しくなることがあります。

<診断>

鼻の奥に綿棒を入れる迅速検査

<登園の目安>

熱がさがり、咳や鼻水が改善し
元気になれば大丈夫です。

見直しましよ

メディア漬け



5つの提言

- 1 2歳までのテレビ・ビデオ視聴は控えましょう。
- 2 授乳中、食事時のテレビ・ビデオの視聴はやめましょう。
- 3 すべてのメディアへ接触する総時間を制限することが重要です。
1日2時間までを目安と考えます。
- 4 子ども部屋にはテレビ、ビデオ、パーソナルコンピューターを置かないようにしましょう。
- 5 保護者と子どもでメディアを上手に利用するルールをつくりましょう。

～メディア漬けの予防は乳幼児から!～



子ども期は、心とからだの基礎作りの大切な時期です。自分を信じる気持ちや思いやり、体力・運動能力を育てるには、直接的に人と物にかかわることが欠かせません。親も子どももメディア漬けになっていませんか？