



9月末頃より、天候が曇りの日が続いていたこともあり、ようやく日中の暑さが落ち着き、朝夕の涼しい風と共に、秋の気配を感じられるようになりました。子どもたちは、虫取りやボール遊びに砂遊びなど、猛暑ではできなかった園庭遊びに夢中になっています。

保健行事としては、10月の運動会、年長児クラスは遠足が終わると、内科検診や視力検査、就学時健診、11月には尿検査が控えています。保育園での内科検診は、年2回となっていますので、当日はできるだけお休みのないよう、ご協力よろしくお祈いします。

テレビなどの動画を長時間見せていませんか

成長するにつれてスマホやタブレット、テレビなどの視聴時間が長くなりがちです。

しかし、無制限にそれらとつきあうことが、子どもの発達に悪影響を与えることが、わかってきました。特に「乳幼児」がテレビなどを長時間視聴することが、言語の発達や社会性の遅れにつながることを日本小児科学会が報告し、どうつきあうか、6つのアドバイスを出しています。

6つのアドバイス

- 1 **2歳以下の子どもには、長時間見せない！**
内容・見方に限らず、長時間視聴は言語発達が遅れる危険性が高まる。
- 2 **つけっぱなしはNG！ 見たら消す！**
- 3 **乳幼児に一人で見せない！**
大人がいっしょに歌ったり、子どもの問いかけに応えたりすることが大切。
- 4 **授乳中、食事中は消す！**
- 5 **乳幼児にも、つきあい方を教える。**
見終わったら消すこと。連続して見続けないこと。
- 6 **子ども部屋に置かない。**



いろいろなものを見せよう！

いろいろな距離のものを見るのが、見る力を育てます。遠くを見るときは目の周りの筋肉がゆるみみますが、子どもはただ「遠くを見て」と言ってもうまくできません。「あの木のてっぺんを見てごらん」など、具体的に声をかけてあげましょう。



家族でルールを決めましょう

スマホやテレビを見る時間を決めましょう。大人がスマホを使いすぎたり、テレビを長時間見たりしていると、ルールを守る意欲をそいでしまいます。大人がまず見本を！



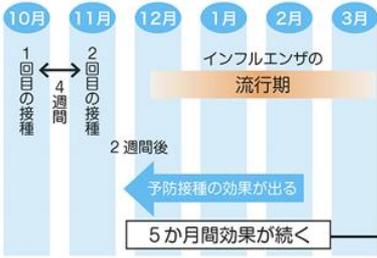
連続スマホ 15分まで



連続テレビ 30分まで

9月中旬頃より、病院での検査結果では感染症は陰性であったが、発熱症状があり、早退や欠席をされている方が増えてきています。朝夕の寒暖差や夏の疲れから、体調不良や風邪をひきやすい時期となります。睡眠時間をしっかりと、身体を休めていきましょう。

※10月よりインフルエンザの予防接種が、各医療機関で始まります！



小さな子どもは、免疫がつきにくいので、2回の接種が必要です。効果が出るのは、2回目接種から2週間かかり、約5ヶ月間効果が続きます。予防接種をご検討されているご家庭におきましては、予約が必要な場合がある為、事前に病院へお問い合わせの上、お申し込み下さい。

インフルエンザの予防接種は、60～80%発症を抑え、発症しても重症化を予防してくれます（死亡阻止80%）。1本のワクチンで4種類のインフルエンザを予防できます（A型・B型各2種類ずつ）。《インフルエンザ 発症時登園の目安↓》

9月の感染症罹患者数

- ・伝染性紅斑（りんご病）・疑い 6名
- ・溶連菌感染症 6名
- ・インフルエンザA 1名

Aくんの場合	発症	1日目	2日目	3日目	4日目	5日目	登園		
	解熱	1日目	2日目	3日目					
Bちゃんの場合	発症	1日目	2日目	3日目	4日目	5日目	6日目	7日目	登園
	発熱				解熱	1日目	2日目	3日目	

解熱剤、正しく使って

どんなときに使う？

熱で寝つけない、飲んだり食べたりできないときに飲ませましょう。

ただ単に熱があるからと飲ませるのではなく、「睡眠をとって体力を回復させるため」「水分をとって脱水を防ぐため」など、必要なときに使しましょう。



熱が下がれば大丈夫？

効果が切れたらまた熱が上がります。解熱の判断は24時間以上熱が出ないときです。

解熱剤の効果で熱が下がるのは5～6時間ほどで、効果が切れたらまた熱が上がることがほとんどです。引き続き様子を見て、静かに過ごさせましょう。解熱剤で熱を下げて無理をさせると、かえって病気が長引くおそれがあります。



10月の保健行事予定

- 2日（木） 0・1・2歳児 身体測定
- 6日（月） 3・4・5歳児 身体測定
- 20日（月） 3歳児 視力測定
- 21日（火） 5歳児 就学時健康診断
- 29日（水） 4歳児 視力測定
- 30日（木） 全園児 内科検診
- 4・5歳児 運動器検診

※各検査結果は、キッズビューにてお知らせします。異常がある場合にのみ、個別でお手紙にてお知らせします。

4・5歳児クラスの保護者様へ

10月30日（木）内科検診時、運動器検査を行います。各ご家庭で簡易的な検査を問診票に沿って実施していただき、その結果と日頃のお子さまの様子を元に、委託医に診察をしてもらいます。進学後も、継続して行う検査となっています。

詳細については、後日問診票とともにお手紙にてお知らせさせていただきますので、ご確認下さい。