



10月保健だより



平成28年10月3日 八千代保育園



蒸し暑さと朝晩の冷えに体が驚くこの頃。うっかりすると寝冷えして風邪を引いてしまいそうです。園でも風邪でお腹の調子を崩したり、咳が出始める子どもが増え、多くが夏風邪の診断を受けています。体調管理にご注意ください。

同時に、今年度もすでにインフルエンザの感染報告が近県で上がり始めました。文京区ではRSウィルスの報告が出ており、秋～冬の感染症流行が目前に迫っているようです。空気の乾燥も進む時期ですので、湿度管理や手洗い・うがい、皮膚の保湿など予防策を講じておく事をお勧めします。また、良眠でその日の疲労回復を図る事が大切です。夕食後は照明を落とし、熱過ぎないお湯に入浴して就寝時間に体温が下げられるようにするなど、眠りに入りやすい夜の過ごし方を工夫してみましょう。



10月の保健行事

日程	内容
10月 4日(火)	身体測定 : ひよこ組(0歳)・うさぎ(1歳)
10月 6日(木)	身体測定 : ぱんだ組(2歳)・きりん組(3歳) ぞう組(4歳)・らいおん組(5歳)
10月 11日(火)	0歳児健診



耳や鼻の中の異物に要注意！！(再掲)

子どもの場合、耳や鼻に異物があることを伝えられなかったり、いたずらして自分で入れているため、本人は悪いことをしたと黙っていることが多く、耳掃除の時に気づいたり、耳鼻咽喉科を受診した際見つかる等、長い期間経過してしまうことがよくあります。

片方の鼻だけ詰まって、悪臭のある鼻水が出る場合は、異物が長期間入っている可能性があります。

異物の種類

おもちゃの部品やビービー弾、粘土、小石、豆類、綿、紙等。カナブンやガ、アリ、クモ等の昆虫が迷い込むことがあります。



ボタン電池に要注意！！

異物で一番危険なのはボタン電池です。簡単に耳や鼻に入ってしまう大きさなので、子どもの近くには置かないよう普段から注意が必要です。

放っておくと耳や鼻の粘膜が壊死してしまうので、早く耳鼻咽喉科を受診する必要があります。

鼻の異物も、耳の異物も、指でとろうとすると、かえって奥に入り、耳の場合は鼓膜を傷つけてしまうことがあります。鼻の場合はのどにつながっているため、奥に入ると気管に入ってしまう危険性があります。病院へ行くときには、耳や鼻に入れた物と同じ物を持参すると、医療機関で適切な器具を用意して除去に当れる為、役立ちます。

10月10日目の愛護デー

こんな様子が見られたら眼科受診しましょう。

- 目を細めてみる 斜めに見る
- TVや本を近くで見る
- 片方の目を閉じてみる
- まぶしがる 上目使いをする
- あごを上げて前を見る
- 額に横じわをつくって、まぶたを上げる

TVやスマホ、PC等IT機器による「IT眼症」も問題となっています。時間を決めて、画面からの距離を保つなど保護者がしっかり管理してあげてください。