



10月号
ナーサリーつづき
2023.9.29
看護：池上

おいしい果物やスポーツ、お絵かき、読書、そしてハロウィンなど、楽しみの多い季節になりました。10月も後半には寒い日が増えてきます。体調に気を付けながら秋を楽しみましょう。

◎乳児健診
19日(木)
◎尿検査(3.4.5歳児)
19日(木)

コロナとインフルエンザが流行っています。コロナは喉の痛みが出たら要注意です。

園医より

尿検査について(いきいき、みるみる、ぐんぐん組)

今年度の尿検査は10月19日木曜日となります。いきいき組、みるみる組、ぐんぐん組さんが対象となります。当日朝1番の尿を採り、登園時に提出となります。詳細はまた後日お知らせいたします。

インフルエンザについて

インフルエンザと言えば冬に流行のイメージですが、今年は夏にも流行しているようです。今後流行する可能性があります。登園基準について記載します。ご参照ください。

インフルエンザかも？と思ったら……

急に高い熱が出て、ぐったりして元気がないときは、普通の風邪ではなく、インフルエンザかもしれません。インフルエンザは感染力が強く、子どもたちの間で流行しやすいため、登園できない期間（登園停止期間）と、登園を再開できる目安が決められています。登園時は、医師記入の登園許可証または意見書が必要です。お持ちいただき、お受け入れ可能となります。

1 受診しましょう

39度を超えるような高い熱、頭痛、関節や筋肉の痛みなどが出ます。鼻の奥の粘膜を取って調べる検査が一般的ですが、発症直後では正しい結果が出ないことがあります。お医者さんには、「いつからどんな症状が出たか」「身近に、同じ症状の人がいないか」なども、詳しく伝えましょう。

園へのご連絡をお願いします

インフルエンザと診断を受けたときや、医師からもう一度受診するように指示があったときなどは、園にもご連絡ください。

2 しっかり治しましょう

インフルエンザの薬（タミフルなど）は、ウイルスが増えるのを防ぎますが、ウイルスをやっつけることはできません。症状が治まり、元気になるまでしっかり休みましょう。

翌日から数えます

| | | | | | | | |
|--------|----|-----|-----|-----|-----|-----|----|
| 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 | | | |

登園再開の目安が決まっています

インフルエンザにかかったら、登園再開には

- 熱が出て(発症)から5日たっている
- 熱が下がって(解熱)から3日たっている

※小学生以上では、熱が下がって(解熱)から2日たっている
この両方を満たしていることが必要です。

翌日から数えます

いったん熱が下がっても、また上がることもあるため、1日は様子を見ます。

発症からの日数と、解熱からの日数がそろわない場合は、両方の基準を満たすまで、ゆっくり体を休ませましょう。

翌日から数えます

| | | | | | | | | | |
|---------|----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|----|
| 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 | | |

診断がついた翌日に熱が下がっても、「発症から5日」の目安を満たすまで登園できません。また、登園再開には、医師による「登園許可」の診断が必要です。登園前に、もう一度診察を受けてください。



アレルギーについて

当園ではアレルギー症状が出た場合、血液検査中、確定診断が出るまでは自宅から、おやつ、昼食、飲み物をご家庭から持参していただくことになっています。

(乳児：朝おやつ、昼食、午後おやつ、水またはお茶、食具。

幼児：昼食、午後おやつ、水またはお茶、食具)

園で提供があるかないかに関わらず、アレルギー症状が出た場合は園にお知らせください。アレルギーと診断された場合、必要提出書類があります。

保育中に体調の変化があった場合のお迎えについて

保育中に体調の変化があった場合のお迎えについてですが、園生活の手引きにもありますように、必ず1時間以内でのお迎えをお願いしております。引き続きご協力よろしくお願いします。

10月10日は目の愛護デー



10月10日は
目の愛護デー

現代は、テレビやゲーム、スマートフォンなど、子どもたちが体を動かさずに遊ぶ時間が長くなりがちです。秋は外遊びが楽しめるいい季節。秋晴れのお休みには外遊びで十分体を動かしましょう。

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。

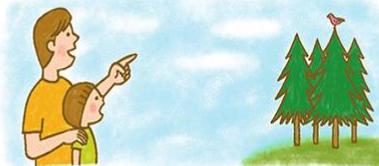
6つのアドバイス

- 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。連続して見続けられないこと。
- 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ことが、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ませんが、子どもはただ「遠くを見て」と言うの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