



令和4年10月7日  
みらいのこども保育園  
看護師 大住 真理子

気持ちの良い秋晴れの下、子ども達はのびのびと体を動かしています。しっかり食べて、たくさん遊んで、たっぷりと眠る。規則正しい生活リズムをつくり、寒さに向かう体力をつけていきましょう。入園後から予防接種や健診を、おたより帳に記入して頂いていますが、内科健診も近づき確認のため、入園後からの記録を「予防接種・健診連絡票」に記入し、10月24日(月)までに提出して下さい。入園時に提出して頂いた、健康台帳に転記させていただきます。



### 内科健診の日程変更のお知らせ

年間行事予定では10月20日(木)となっていたのですが、**10月27日(木)**へ変更となりました。  
当日は12:30ごろから開始となります。  
全園児対象となりますので、当日はお休みされませんよう、よろしくお願いいたします。また何か園医に質問があれば、「予防接種・健診連絡票に」記入し提出をお願いします。  
急な発熱で当日お休みされても、後日行います。



### 4月から9月までの病欠状況

- ・ヒトメタニューモウィルス：乳児クラスで、6・7月に13名が感染しました。
- ・手足口病：園全体的に7月頃から感染者が発生し、9月までのあいだに25名の園児の感染が報告されています。感染報告は減っていますが、近隣の市町村ではまだ、感染者が多くいるようです。
- ・感染性胃腸炎：5～7月に乳児のクラスで流行し、19名の感染が報告されました。
- ・RSウィルス：8月末から5名の感染が報告されています。
- ・溶連菌：8月に2名の感染報告がありました。

※寒くなってくると、様々な感染症の発生が予想されます。病院受診時に診断されましたら、保育園へ報告させていただきます。また、インフルエンザは出席停止となります。登園の再開は医師診断の「登園許可書」が必要となります。

### 10月10日は「目の愛護デー」



目を大切に守りましょう！



人は3秒に1回瞬きをしています。テレビやゲームに集中していると回数が減ってしまいます。時間を決めて疲れないようにしましょう。

### 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。「あの木のと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