



陽の木かげ・そよかぜだより



日中は暑いですが、朝晩が涼しくなり秋らしく過ごしやすい季節になってきました。体をたくさん動かし、栄養をたっぷりつけて冬に向けて寒さに負けない体づくりをしましょう。



10を横にすると、まゆと目にみえるので、**10月10日は「目の愛護デー」**。子どもの目を守るには、感染症だけでなく、「見え方の異常」にも注意が必要です。この機会に異常のサインを知りましょう。

小さな子どもは「見る力」も育ち盛り

赤ちゃんの目は、生後すぐはぼんやりとしか見えていませんが、その後、1歳までの時期は急速に「見る力」が発達します。3歳までには、多くの子どもが大人と同じ程度（視力1.0）まで見えるようになります。見る力（視覚）はゆるやかに発達し、6歳ごろには大人と同程度になります。

生まれてすぐ
視力 0.01



明るい、暗い程度しか認識できません。

1歳
視力 0.2



立体的に見る力、動くものを見る力など、視覚が急速に発達します。

3歳
視力 0.8～1.0



大人とほぼ同じくらいまで視覚が育ってきます。

5歳
視力 1.0



ほとんどの子どもが、大人と同じ視覚を身につけます。

早く治療するほど回復しやすい！

こんなサインに注意



頭を傾げる



目を細める



横目で見ると



片目をつぶって見る



片方の目の焦点が合わない

正面から「見る様子」をチェックして

見え方のチェックにおすすめなのが、紙しばい。左右の目の焦点、ものを見る様子が詳しくわかります。



見る力は、目から情報を取り入れ、脳で処理することを、毎日繰り返して育ちます。ところが、目に異常があると脳に情報が届かず、見る力が育ちません。早く治療を始めるほど回復しやすいため、見え方の異常に気づいたら、早めに眼科で相談しましょう。

9月17日～10月14日までに病児保育「陽の木かげ」でお預かりした病名と多かった年齢

多かった病名…咽頭炎・RSウイルス・手足口病

多かった年齢…1歳・2歳・0歳の順に多かったです。

今週に入ってRSウイルス感染症のお子様のお預かりが急増していました。一方、鹿児島県では手足口病の流行地域になっています。しっかり手洗いをして感染予防を！口に水疱が出来ることがある為、食事を嫌がる時や食べるペースが遅い時は、手足口病の可能性があるのでお口の中を覗いてみてください(^^)/



▼マイコプラズマ肺炎▼

最初のかぜと似た症状が現れ、1～2日遅れて咳が出始め、1ヵ月くらいしつこく続くのが特徴です。特に早朝や就寝前に、ひどく咳込む傾向があります。咳が長引き、なかなか改善されない場合は治療薬があるので受診をしましょう。潜伏期間（14日～21日）が長く、感染源の特定は困難ですが、熱やアルコールに弱いので、消毒薬を使用することで予防ができます。咳で感染が広がるため、手洗い・うがいなどもこまめに行いましょう。また、かぜやインフルエンザと同様、免疫力が弱っている時にかかりやすいので、栄養や睡眠をしっかりととり、規則正しい生活を心がけましょう。



せきで眠れないときは……

① 体を起こして

横になるとせきがひどくなる時は、縦にだっこしてあげましょう。呼吸が楽になります。

② 部屋を加湿して

空気が乾燥していると鼻やのどの粘膜に負担がかかります。寝室にも加湿器を置いて、のどを守りましょう。



③ ゆっくり休ませて

大人は熱がなければ大丈夫と思いがちですが、小さな子どもは、せきでも体力を奪われます。早く休んだほうが早く治るので、ゆっくり過ごさせてあげましょう。



※2歳以下、特に赤ちゃんにはマスクをつけしないで。

「トリックオアトリート」
10/31はハロウィンですね！
ハロウィンの飾りで皆さんをお出迎えしていまーす(^^)/

