

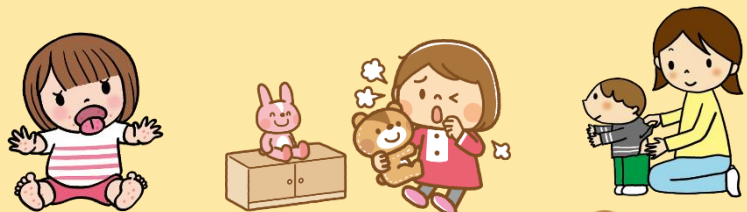
ほけんだより 10月号

令和6年10月1日
粉河保育園
看護師 山田 昇子

スポーツの秋、読書の秋、芸術の秋…。秋は過ごしやすい気候なので様々なことにチャレンジできます。そして、食欲の秋！秋には栄養豊富な食べ物がたくさんあります。旬の物を色々食べて、かぜを引きにくい体づくりをしましょう。

秋かぜに注意

先月は園全体で手足口病が流行り、4歳児・5歳児でマイコプラズマ肺炎が流行しました。マイコプラズマ肺炎は発熱からはじまることが多く、発熱後数日してから、かわいた咳が目立つようになります。熱は一週間ほど、咳は3～4週間続きます。潜伏期間(14日～21日)が長く、感染源の特定は困難ですが、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り、規則正しい生活を心がけましょう。秋は気温差が激しいため、かぜを引きやすくなります。ご家庭では背中を触るなどして確認し、汗をかいているようなら衣服を取り替えてあげましょう。



【裸眼視力 1.0 未満の者の推移】

(令和4年度の調査期間 / 令和4年4月1日から令和5年3月31日)



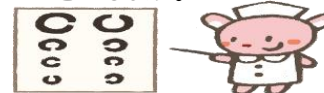
区分		昭和54年度	令和元年度	令和2年度	令和3年度	令和4年度
幼稚園	合計	16.47	26.06	27.90	24.81	24.95
	1.0未満 0.7以上	12.21	18.44	21.12	17.62	18.13
	0.7未満 0.3以上	3.91	7.03	6.10	6.54	5.85
	0.3未満	0.35	0.60	0.68	0.64	0.97
小学校	合計	17.91	34.57	37.52	36.87	37.87
	1.0未満 0.7以上	9.47	12.01	12.71	12.54	11.98
	0.7未満 0.3以上	5.77	13.18	13.89	13.69	13.90
	0.3未満	2.67	9.38	10.92	10.64	11.99
中学校	合計	35.19	57.47	58.29	60.66	61.23
	1.0未満 0.7以上	9.65	12.73	13.52	11.43	12.39
	0.7未満 0.3以上	12.47	17.67	19.42	20.37	20.58
	0.3未満	13.06	27.07	25.34	28.86	28.26
高等学校	合計	53.02	67.64	63.17	70.81	71.56
	1.0未満 0.7以上	11.12	11.26	13.52	9.74	11.39
	0.7未満 0.3以上	15.61	17.40	18.12	18.32	18.06
	0.3未満	26.29	38.98	31.52	42.75	42.11

文部科学省が令和5年11月28日に公開した学校保健統計調査—令和4年度（確報値）の結果より集計

10月10日は 目の愛護デー



子どもの目は毎日発達していて、両目の視力機能は6歳頃にほぼ完成と言われていています。その後視力が低下するのは、幼い頃の姿勢や体の動かし方が関係しているそうです。生活の中にゲームや YouTube などが増えてきていますが、自然の中で十分に遊ばせ、外の景色をたくさん見せることでお子さまの視力を育てていきましょう。



こんな見方は危険信号！

- ・テレビや絵本に近付いて見る
- ・明るい戸外でまぶしがる
- ・目を細めて見る
- ・上目遣いに物を見る
- ・目つきが悪い、目が寄っている
- ・見る時に首を曲げたり、頭を傾けたりする

このような症状が見られると斜視や弱視の可能性が考えられます。子どもは視力が悪いことを自覚できないため、上記のような症状がないか普段から気にかけて見るようにしてください。