

ほけんだより 10月号

2021年10月
 (福)京都基督教福祉会
 桂保育園 あさがお保育室
 桂ぶどうの木こども園
 月見ヶ丘こどもの家

さわやかな季節です。10月10日は「目の愛護デー」ですね。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ています。「長時間見せない(2歳以下の子ども)」「一人で見せず、大人と一緒に歌ったり子どもの問いかけに応えたりする」「授乳中・食事中は消す」など、家族の中でルールを決めましょう。そして、大人がまず見本をみせてあげてください!(^_^)☆

小さな子どもは「見る力」も育ち盛り

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。しかし、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。子どもの目を守るには、感染症やケガだけでなく、「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。

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目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

おすすめなのが、紙しばいや絵本。もし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。



前髪はスッキリと!
目に傷をつけたり、結膜炎を起こします。短めに切りそろえるか、結んであげましょう。



インフルエンザの予防接種が始まりました

2回の接種が必要

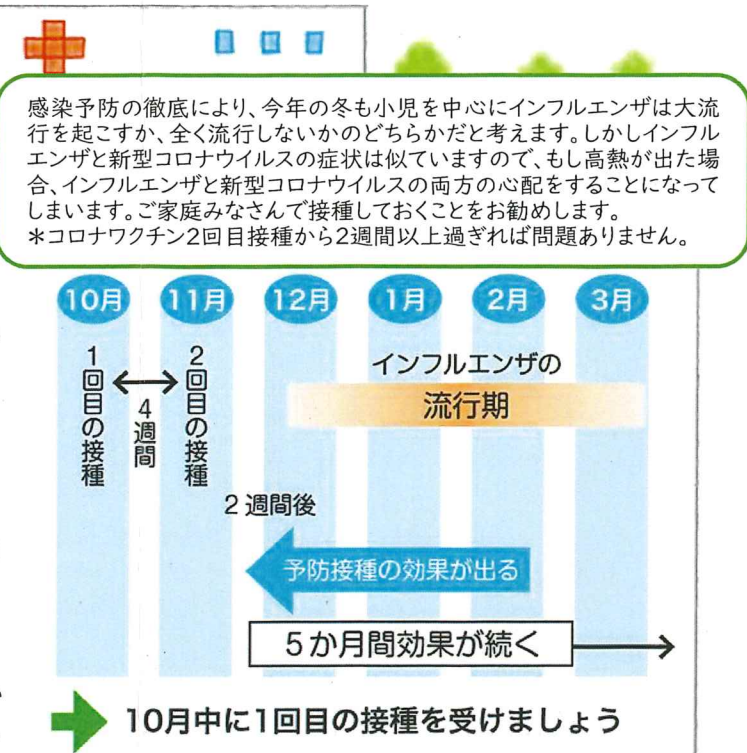
小さな子どもは免疫がつきにくいので、2回の接種が必要です。効果を十分に上げるためには、1回目の接種と2回目の接種の間は4週間あけるとよいと言われています。

効果が十分に出るのは2回目接種から約2週間

乳幼児は有効な免疫ができるのに2回目接種から2週間かかります。

効果は約5か月間持続する

インフルエンザの予防接種の効果は、約5か月。10月から接種すれば、流行の始まりからしっかりカバーできます。



これで安心!

ちょっとしたけがのケア

近くに水道がない場合は、ペットボトルの水や消毒液を使ってきれいに流すことができます

傷口に汚れや異物が残っている場合や、化膿している傷口には使わないでください!

モイストタイプ(ハイドロコロイド素材)の絆創膏は、2歳以下の子どもには使えません。使用上の注意を守って使いましょう。

1 手当てする大人がまず手を洗う

手から汚れがうつるのを防ぎます。

2 傷口を流水で洗う

流水で傷口をやさしく洗い、泥や砂などを取り除きます。とげなどが刺さっているときは、毛抜きで抜き取ってから流水で傷を洗いましょう。

3 傷口を保護する

絆創膏やガーゼなどで傷口を覆います。絆創膏は毎日交換して、傷の治り具合をチェックしましょう。

傷口の汚れやとげなどが取り除けない、傷がなかなか治らないときは、病院へ!

モイストタイプ(ハイドロコロイド素材)の絆創膏
 傷口からは透明な体液が出てきますが、その中には傷を治す成分が含まれています。湿潤療法(モイストヒーリング)は、これを傷口にとどめて治りを促します。この方法は、自分自身の治癒力を利用しているため、消毒液を使うと治りが遅くなることがあります。
 様子を見ながら、毎日、または数日に1回、貼り替えます。傷の周辺が赤くなったり、膿が出てきたりしたら、使用を中止して医師に相談しましょう。
 しかし、これまでの消毒や外用薬で治す方法が決定的に間違っているわけではないので、それぞれ、どのようにしていくのかを理解したうえで選んでいけばよいでしょう。

