

ほけんだより



ミライズそら
れいわ6ねん



からだがいいたい、しんどい、あつい、はれている、あかいところがあるなど
いつもとちがうところがあったら、おうちのひとやせんせいにおしえてね！



季節の変わり目は、夏の疲れや気温差で体調を崩しやすい時期です。

子どもはなかなか自分で体調の変化を伝えることが出来ません。いつもと様子が違うようであれば注意深く観察してあげてください。普段から、一日一回は裸になるタイミング（朝の着替えや入浴時）での観察が望ましいです。毎日観察していると早期発見につながります。

子どもを観察するポイントには、次のようなものがあります。

顔色や表情、動作：声かけに反応があるか、無表情やぐったりしている、
ぼーっとしていないかなど

元気があるか：おしゃべりしたり、笑ったり、活気があるかなど

体温や呼吸：呼吸の速さや音（ゼーゼー、ヒューヒュー、ケンケンなど）の咳、発熱の有無

皮膚や他の症状：目の様子（赤い、目ヤニ、眩しがる）鼻水（色特徴）発疹の有無など

いつもと様子が異なるか：排尿、排便の状態性状 いつも通り出ているか？



10月10日は目の愛護デー

目の充血、
かゆみは
要注意！

けつ まく えん
結膜炎



子どもの目が充血している、目やにが出る、かゆがる……そんなときは、結膜炎かもしれません。主な原因は「ウイルス」「細菌」「アレルギー」の3つです。

ウイルス性

細菌性

アレルギー性



目が開かない
ほどの目やに



黄色っぽい
目やにと充血



とても強い
かゆみと充血

原因によって治療薬が違います。重症化することもあるので、自己判断せずに、病院へ行きましょう。

結膜炎の中には、出席停止となる流行性角結膜炎（アデノウイルス）や急性出血性結膜炎の様な非常に感染力の強いものもあります。

目が赤い、目やにが出ている等の症状があれば
早めの眼科受診が必要です！流行性角結膜炎や
急性出血性結膜炎の場合は医師から感染のおそれがないと認められることが登園の目安になります。

内科健診 10月30日（水）
13：15～子育て支援室にて

当日は、できるだけ欠席のないように予定の調整をお願いします。
万が一欠席された場合、多少の体調不良であれば、
13時に、園まで保護者同伴で、お越しください。

