



ほけんだより10月号



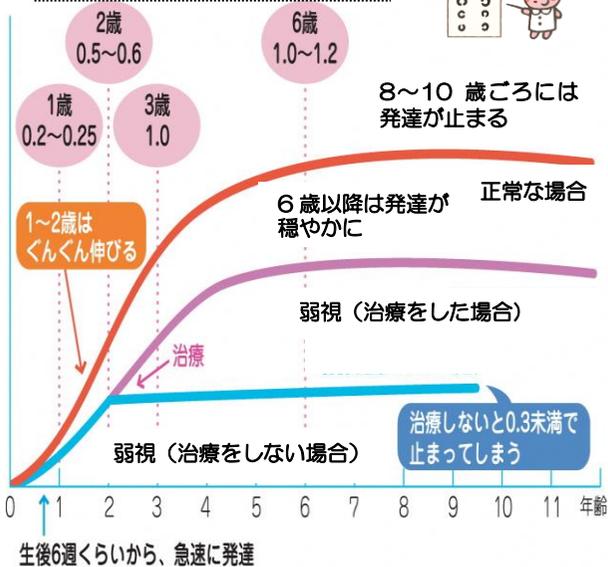
令和4年10月1日
富山市こども保育課

スポーツの秋、読書の秋、芸術の秋。秋は過ごしやすい気候です。
楽しい経験を通して、健康な心と体を作りましょう。

目を大切に守りましょう！

子どもの目の成長と発育

10月10日は「目の愛護デー」



- 子どもの目は、乳幼児期に一番視力が伸びます。
- 1歳になると両目で物を見ることができ、立体感や遠近感が分かるようになります。
- 3歳ごろまで、目の成長期で1.0の視力があると言われていいます。
- 6歳ごろには視力の機能はほぼ完成し、色覚や立体視など大人と同じ機能を備えるようになります。
- 3~6歳で目に何かしらのトラブルで、視力の発達がうまくいかなかった場合、その後の視力を伸ばすのは難しいです。

保育所（園）・認定こども園では満3歳以上のお子さんを対象に、年2回視力測定を行っています。結果に応じて、「視力検査結果の受診の勧め」の用紙をお渡します。（用紙を渡された場合は、早めに眼科を受診して下さい。）

目の異常は早期発見が大事です。子どもは自分の目に異常があってもなかなか訴えることができません。



この機会に家族で子どもの「目」の健康を見直してみましょう。

気になる症状やしぐさはありませんか？

- 目を細めたり、極端に顔を近づけて本やテレビを見る。
- 斜視がある。
- ものを見ると、上目づかいや横目で見ると。
- ひとみが白く見える。
- 見るときに首を曲げたり、頭を傾けたりする。
- 目やにが多い。
- 異常にまぶしがって目を閉じる。
- 色の識別ができない。

子どもも大人も、生活を見直してみましょう！

- 前髪は目にかからないようにしましょう。
- 汚い手で目をこすらないようにしましょう。
- 絵を描いたり、絵本を見たりする時の姿勢を正しましょう。
- 戸外で遊び、体も目もリラックスさせましょう。
- テレビやスマートフォン、ゲーム機の画面を見るときは、部屋を明るくして1時間見たら、15分程度は遠くを見て目を休めましょう。



インフルエンザの予防は、流行前の予防接種が効果的！

秋、冬になるとインフルエンザが流行します。新型コロナウイルス感染症と同様に感染経路は、飛沫感染、接触感染です。

インフルエンザを予防するには、日頃の手洗い、うがい、咳エチケットの励行とともに、流行する前に予防接種を受けることも、効果的な予防法のひとつです。

予防接種は効果が出るまで、約2週間かかります。（効果は約5ヶ月間持続）

12月中旬までに2回の接種を受けましょう。

「とやまっ子インフルエンザ予防接種助成事業」（未就学児対象）

★予防接種費用が助成されます★

- 助成対象者：県内在住の未就学児（予防接種日において生後6か月以上）
- 助成対象期間：令和4年10月1日から令和5年1月31日までに受けた予防接種
- 助成金：1回あたり上限3,000円（1人2回まで）
※接種料が3,000円未満の場合は、接種料が助成金額
- 助成を受ける方法：「とやまっ子インフルエンザ予防接種券」に記入し、医療機関に提出。（接種券は、医療機関に備え付けられているほか、県のHPからダウンロード可）



* 保育園 感染症情報 * （過去3年10月に富山市内保育施設で多く発症した感染症）

年度	①	②	③
令和元年度	手足口病	RSウイルス感染症	溶連菌感染症
令和2年度	アデノウイルス <small>（咽頭結膜熱・流行性角結膜炎を含む）</small>	突発性発疹	溶連菌感染症
令和3年度	ヘルパンギーナ	溶連菌感染症	突発性発疹