



2023年10月号  
友田保育園

9月は真夏日が続き、秋を感じる日が少なかった気がしますね。10月に入り、朝、晩は肌寒く感じる日が増えてくると思いますので、脱ぎ着しやすい服装で体温調節ができるようにしましょう。

東京都感染症週報（9月21日時点）では、**インフルエンザ・新型コロナウイルス感染症・咽頭結膜熱（プール熱）が注目される感染症とし今後の動向に注意が必要**と記されています。感染拡大防止のため、**発熱した際は、医療機関を受診し診断を受けてからの登園**をお願いします。

<9月の子どもたちの様子>

新型コロナウイルス感染症に感染した方が数名いました。9月中旬以降は、発熱、咳、下痢で欠席するお子さんが増えました。特に乳児クラスで下痢症状が長引く傾向にありました。

## 10月の予定

<身体測定>

乳児：10月11日（水）

幼児：10月12日（木）

<健康診断>

乳児：10月16日（月）

幼児：10月24日（火）

両日、午後2時より井上医院の  
医師が行います。

## インフルエンザ予防接種

今年は既に都内でもインフルエンザが流行しており、予防接種をするタイミングが難しいかと思います。

ワクチン接種の効果が現れるまでは、2週間ほどかかります。また、効果が期待できるのは約5ヶ月程度です。ワクチンを接種することで発症を40～60%防げるといわれています。重症化予防にも効果があります。

新型コロナウイルス感染症のワクチンと同時に接種も可能です。ただし、他のワクチンを接種する場合は、2週間あけなければなりません。乳児は定期接種が多いため、予め計画を立ててから予約しましょう。

## ぐんぐん育つ子どもの視力

生まれたばかりの赤ちゃんの視力は0.02～0.04くらいで、光や物の形がぼんやりと分かる程度。それが6ヶ月頃には0.1ほどになります。1歳で0.3ほど、3～5歳ほどで0.8～1.0ほどになり、立体的に物が見られるようになります。**8歳ごろになると視機能の発達がほぼ終わります。**

この急激に目が発達する時期に、見えにくい状態が続くと、メガネをかけてもよく見えない「弱視」になってしまいます。まぶしがったり、見えづらそうにしていたりするときは、早めに病院受診をしましょう。たくさんの物を見て、感じることで目の機能はぐんぐん発達するので、さまざまな物に触れさせてあげましょう。**自治体での健康診断で目のチェックもあると思います。気になることがあれば相談しましょう。また、診断を受けた場合は保育園にもご連絡ください。**

<目を休めるときの20ルール>

大切な目を守るために、画面を20分以上見たら、20フィート（約6m）離れた遠くを20秒眺める。

