



# ほけんだより

令和2年10月 若松保育園  
看護師：荷川取 江莉



10月に入り、朝夕の風が心地よくなってきましたね♪  
季節の変わり目でもあるため体調を崩しやすい時期です。  
また、今年は「新型コロナウイルス」と「インフルエンザ」のダブル  
感染も懸念されています。感染症予防のためにも、手洗いうがいを徹  
底し、体調を整え元気に過ごしましょう！



## インフルエンザの予防接種

今シーズンは予防接種の希望者が増える事が予想されています。  
インフルエンザワクチンの予防接種には、発症をある程度抑える  
効果や重症化を防ぐ効果があります。



- 抗体ができるまでに、ワクチン接種後 2 週間かかります。
- 13 歳未満の子どもの場合、2 回の接種が必要です。
- 2 回目の接種は、1 回目から 2～4 週間の間隔をあけての接種となります。これらをふまえて流行期前に予防接種をおすすめします。



## 10月10日は目の愛護デーです。

子どもの目は毎日発達しています！  
視力は6～7歳くらいまでに発達が完了する  
とされています。日頃から自然の中で遊び、  
遠くを見るなどして視力を育てていきましょう。

### 目の発達



生後1～4ヶ月  
ものが見える



3歳  
平均視力が  
約0.8に



4～6歳  
視力が  
1.0以上に



6・7歳  
目の機能が  
完成

### こんなときは眼科へ

このような症状がある場合、  
斜視や弱視の可能性が考えられます。  
3歳くらいまでに治療しないと視力  
が育たない恐れがあります。  
子どもは自分で「見えにくい」  
ことに気づきません。  
もし気になる症状がある場合は  
早めに眼科を受診しましょう。



## 子どもの 目の異常 発見の ポイント

※新型コロナウイルスは目からも感染します。

手洗い・うがいをこまめに行うとともに、目を触らないよう注意しましょう！