



## 保健だより

令和2年度 10月号  
若葉保育園

## 乳幼児期は見る機能が発達する

◇  ◇ **大切な時期です！**

目は胎児の時に最後に形成される器官といわれています。そして、視力は生まれてから外界の刺激を受け、目を正しく使うことによって発達していきます。生後4か月頃から両目でものを見ることができるようになり、1歳頃には視力が0.3程度に発達するそうです。その後、早い子では3歳、遅い場合でも5～6歳には1.0近くに達し、視力が完成するといわれています。



## 衣がえです！

衣がえの季節ですが、日中はまだ暑い日もあります。薄手のもので、調節しやすい服装を準備してください。

### 注意点

## おたふくかぜ

### 潜伏期間



耳の下が腫れる3日前から、腫れ出して4日間は感染力が強いと言われ、咳やくしゃみ、接触で感染します。耳の下が腫れている間は人にうつす可能性があります。

### 症状

耳の下や頬の後ろあたりが腫れ始め、38～39℃の熱が出ます。幼児の場合、顔が普段よりむくんでいる程度で、はっきりした症状が出ないことが多いのですが、痛みで食事を嫌がるようなら感染を疑ってみましょう。片方だけ腫れる子もいれば、あごの下まで腫れる子もいます。腫れや痛みは発症して3日目頃が最大となり、腫れが引くまでの期間は個人差があります。

発熱し、腫れによる痛みがある場合は、必ず受診しましょう。おたふくかぜの診断を受けたら、早めに園に連絡し、腫れが引くまでは登園を控えましょう。

生涯免疫ができるため、二度の感染はほとんどありませんが、まだかかっていない兄弟への感染の可能性は高くなります。

1歳を過ぎたらできるだけ早くワクチン接種を受けておきましょう。

### お家でのケア

腫れているところは冷却シートなどで冷やしましょう。また、耳の下が腫れている間は、あごを動かすと痛みます。

食事は、かまずに流し入れることができる消化のよい物（スープ、ヨーグルトなど）を与え、酸味のある物や刺激物は痛むので避けましょう。

## はしかと風しんは 予防接種が効果的！

はしかと風しんは、乳幼児がかかりやすい感染症。集団感染することも多く、抵抗力が弱い0、1、2歳児は、体力が奪われるのでとてもつらい病気です。予防接種で防ぐことができるので、1歳を過ぎたらすぐ、はしかと風しんの混合ワクチン（MR）の接種をお勧めします。

接種当日に体調が悪いと受けられないので、接種日前は疲れないようにするなど、体調管理を心がけましょう。

