

# ほけんだより 11月号



野上あゆみ保育園  
令和5年11月10日

少しずつ秋が深まり、落ち葉やどんぐり、まつぼっくりなど、秋は子どもたちにとって魅力的な自然がいっぱいです。保育園の子ども達は日中は半袖で過ごしている人もおり、外でもたくさん遊んでいます。

## 風邪が流行る季節です

寒くなり空気が乾燥すると、くしゃみや咳などでウイルスは遠くまで拡散しやすくなります。

また、鼻や喉の動きも寒さと乾燥で鈍くなるため、感染に対する防御反応が弱まります。そのため、風邪は冬に流行ることが多いです。新型コロナウイルス感染症も同様の傾向があるとみられています。インフルエンザも流行する季節ですので、より一層気を引き締めて、感染症対策を続けていきましょう。基本は「手洗い」や「咳エチケット」です。

## インフルエンザの予防接種

インフルエンザワクチン接種時期となりました。



インフルエンザは合併症を起こしやすく、肺炎や気管支炎などを引き起こすことがあるので、免疫力が弱い乳幼児などは注意が必要です。インフルエンザワクチンは有料ですが（65歳以上は定期予防接種となり一部助成あり）、重症化を予防することが期待できるため、できれば接種することをお勧めします。厚生労働省は小学2年生までのお子さんや妊婦などに早めの接種を勧めています。

全園児対象の内科健診、4歳児5歳児の眼科検診が終わりました。

内科健診ではゼロゼロした音がしているので小児科を受診しようと言われていた人が多かったです。



（どの検診でも平気なひまわり組です）



眼科検診では0.7以上であれば黒板の文字が見えるでしょうと言われていました。



この時期には嘔吐下痢症状のノロウイルスやロタウイルス、アデノウイルスの感染症が流行します

予防のために、親子でスプーンやコップなどの使いまわしは避け、帰宅後の手洗いうがいを習慣にしてくださいね