



# 元気いっぱい

ほけんだより  
令和3年10月  
福井市子育て支援課



朝夕は気温が低くなり、冷え込むようになってきました。秋は気温差が激しいため、体調を崩さないように注意しましょう。また、新型コロナウイルスを含めた感染症対策を行いましょう。

## 新型コロナウイルスの家庭内感染にご注意ください

変異株の置き換わりにより、子どもの感染が拡大していますが、子どもの感染はほとんどが、大人からの感染といわれています。県外往来者や体調不良者、PCR検査を受けている方がご家族にいる場合は、ご自宅においても可能な年齢の方はマスクを着用するなど家庭内での感染対策をお願いします。

※園では、身体的理由等により、マスクを着用できないお子さんもいることから、保護者の皆様の意向も踏まえながら、子どもの年齢や状況に応じたマスクの着用を行っています。マスクを着用できない方へのご理解をお願いします。



## インフルエンザ予防接種

インフルエンザは、12月頃から流行するため、11月中旬頃までに予防接種を終えておくのが効果的です。接種スケジュールについては、医療機関と相談しましょう。（※接種は任意です）

- 予防効果** 接種後2週間～5か月程度
- 接種間隔** 接種回数が2回の場合、1回目と2回目は1～4週間隔で接種しましょう。※より高い免疫効果を考慮すると1回目接種後、3～4週間おくことが望ましい。（13歳未満は2回接種）
- 対象** 生後6か月以上
- 料金** 自己負担

## 10月10日は「目の愛護デー」

2つの10を横に倒すと、眉と目の形に見えることから、10月10日は「目の愛護デー」といわれています。

### 【目の発達】

- ◆生後3か月頃から動くものを『目で追う』（追視）がみられます。
- ◆視覚の発達は6歳くらいで大人と同じような視力になります。

### 【健康な目を育てるために】

- ◆明るい屋外で活動しましょう。
- ◆本を読む際は、30cm以上離して見ましょう。



### 【目の病気にかかった時】

- ◆むやみに色々な場所を触らないようにしましょう。
- ◆特に「ウイルス性結膜炎」は非常に感染力が強いため、タオルや洗面器は必ず別にし涙を拭いたゴミなども個別に捨てましょう。
- ◆点眼などで目に触る必要がある場合は、手洗い後アルコール消毒をしましょう。  
※通常の石鹸では効果がないため

## おしえて看護師さん！（第3回）

3才半頃よりテレビや絵本を見る際、近づいて見る、目を細めて見る、顔を傾けて見る等の様子があれば、斜視や弱視などの眼疾患が隠れている場合があるため、一度かかりつけ医に相談しましょう。

