



令和2年10月1日発行

かんのん町保育園

けんこう

がつこう

健康だより 10月号

9月の感染症情報

咽頭結膜熱(プール熱) 1名

外も少しずつ涼しくなり、季節は秋模様となってきました。戸外で体を動かすには心地良いこの時期、元気に体を動かして遊んだり、秋ならではの自然や味覚に触れる体験も楽しんでいきたいですね。

歯を大切にしましょう!

～9月17日に歯科健診がありました～

歯科健診の結果でOがついていた項目を確認してみましょう。
今年では全体で虫歯がある子が18%、不正咬合の子が27%でした。
★結果用紙は、すこやか手帳又は、健康ノートに貼り付けてください。
毎食後、歯みがきをしっかりと過ごしましょう!

不正咬合とは?

上下の歯が正しく噛み合っていない状態の事で、噛み合わせが悪いと噛む力が弱くなり、消化が悪くなったりします。かかりつけの歯科を受診する際には、相談してみても良いかもしれません。

①過蓋咬合⇒上の前歯が下の前歯に深く噛み合わさっているもの。硬い物、りんごやきゅうりやするめなどを噛んで、噛む力を鍛えることで改善されます。

②反対咬合⇒下の歯が上の歯より前に出ている噛み合わせのこと。受け口とも言われ、食べ物がよく噛めないだけでなく、聞き取りにくい話し方になる事もあります。

③開咬⇒指しゃぶりや、口呼吸等が原因となり、上下の前歯を閉じても隙間ができるため、前歯で食べ物を噛み切ることが難しくなります。発音しづらいため、言葉が不明瞭で聞き取りにくくなることもあります。

予防接種を計画的に受けましょう!

予防接種を受けたらすこやか手帳または健康ノートに記入してください。

同時接種のいいところ!

- ☆接種した日から免疫が付き始めるため、より多くの病気に対して早く守られます。
 - ☆病院に行く回数が減ります。
- 同時接種は別々の場所に接種し、安全であることが確認されています。

10月10日は目の日です!

- ◎「見る力」を育てるポイント
- 明るさ、暗さのメリハリある生活を心掛け、日中は光を浴び、夜は暗くして眠りましょう。
- 物を見る時に目を細めたり、横目で見たり、顔を近づけたり首を傾げたりしていませんか?その他、目の充血や目やになどの気になる症状がある時は眼科医に相談しましょう。

子どもに起こりやすいけがや事故、その時の対応

- ・鼻血 →子どもは鼻の粘膜が弱いので鼻をぶついたり、指でいじったりすることですぐに鼻血が出ます。小鼻を強くおさえて止血すれば通常は10分程度で止まります。
- ・やけど →やけどはただちに冷やしてから受診しましょう。やけどを少しでも軽くするにはすぐ冷やすことです。出来れば流水や氷などを使い、20分以上冷やすようにしましょう。やけどの際に水ぶくれが生じることがありますが、これが破れると感染症を引き起こす恐れがあります。もし水ぶくれが出来た場合には、その部分が破れないように注意し清潔な布でふんわりとおおって受診するようにしてください。
- ・肘内障 →関節の骨がずれた状態のことです。高い所から落ちて肩やひざなどを強く打ったり、転んで手を突いたり、子どもの腕を引っ張ったりしたときなどに起こりやすいです。痛がるほかに、腕や足がぶらぶらしていたり、いつものように手足を動かさない、関節の動きがおかしい、など症状が見られたら動かさずに下から支え、すぐに整形外科を受診してください。家庭で起きた際には、保育園で過ごすにあたっての肘内障の聞き取りシートをお渡しするので、記載して持ってきてください。

