



10を横にすると、眉と目に見えることから10月10日は「目の愛護デー」と名づけられていたそうです。近年は、ゲーム・スマホなどの小型デバイスの影響で、子どもの目の不調や目の病気が増えています。生活の中で目の不調に気付く事は少ないため、目を細めたり、顔を傾けたりするなど、気になる様子が見られたら、早めに受診しましょう。目の異常は、早く治療することが大切です。

## ほけんの予定

10月31日(木) 内科検診  
10:00~

## 9月の感染症報告

RSウイルス  
手足口病

## スマホ・動画を長時間見ていませんか

成長するにつれてスマホやタブレット、テレビなどの視聴時間が長くなりがちです。しかし、無制限にそれらとつきあうことが、子どもの発達に悪影響を与えることが、わかってきました。

特に「乳幼児」がテレビなどを長時間視聴し続けることが、言語の発達や社会性の遅れにつながることを日本小児科学会が報告し、どう付き合うか、6つのアドバイスを出しています。



### 6つのアドバイス

- 1 **2歳以下の子どもには、長時間見せない!**  
長時間視聴は言語発達が遅れる危険性が高まる。
- 2 **つけっぱなしはNG! 見たら消す!**
- 3 **乳幼児に一人で見せない!**  
子どもの問いかけに答えたりすることが大切。
- 4 **授乳中、食事中は消す!**
- 5 **乳幼児にも、つきあい方を教える。**  
見終わったら消すこと。連続して見続けられないこと。
- 6 **子ども部屋に置かない。**

## インフルエンザの予防接種が始まる時期です

### 2回の接種が必要

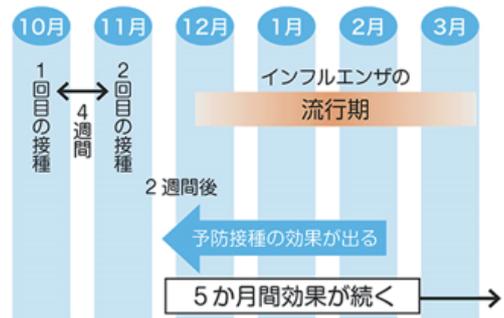
小さな子どもは免疫がつきにくく、2回の接種が必要です。

### 効果が十分に出るのは2回目接種から約2週間

乳幼児は有効な免疫ができるのに2回目接種から2週間かかります。

### 効果は約5か月間持続する

インフルエンザの予防接種効果は、約5か月。10月から接種すれば、流行の始まりからしっかりカバーできます。



→ 10月中に1回目の接種を受けましょう

「社会福祉法人くじら」で、新潟の3園の看護師をしております  
高橋 幸(たかはし さち)と申します。以前はすいか保育園の看護師をしておりました。現在は、(株)りぼんの調理補助、新潟3園の看護師をしておりますが、10月からは、すいか保育園を合わせた4園の看護師を兼任いたします。子供たちが安心して園生活をすごせるよう、健康面やほけん面でのサポートをさせていただきたいと思っております。どうぞよろしくお願いいたします。

不定期ですが、園にいます。



看護師の

**さち先生**

よろしくおねがいします!