



元気いっぱい

ほけんだより
令和4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、冬はいろいろな感染症が流行する時期です。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。



インフルエンザ

インフルエンザは過去2年間、国内での流行がなかったため、社会全体のインフルエンザに対する集団免疫が低下していると考えられます。そのため、一旦感染がおこると、特に小児を中心に社会全体として大きな流行となるおそれがあります。

【インフルエンザ予防接種】

例年12月～4月頃に流行し、1月末～3月上旬に流行のピークを迎えるので、12月中旬頃までには予防接種を終えることが望ましいと考えられます。接種スケジュールについては、かかりつけ医と相談しましょう。（※接種は任意です）

- 接種回数 2回（13歳未満）
- 接種間隔 1～4週間隔（1回目と2回目の間隔）
- 接種対象 生後6か月以上

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



参考文献：日本小児眼科学会ホームページ
一般社団法人日本感染症学会ホームページ

お知らせ

福井市 子育てアプリ 「ふくいこネ！」 はじめました！

妊娠・出産・子育てのサポートを行うアプリで、スマートフォンやタブレット端末・パソコンに対応しています。通信料を除いて利用料は無料です。お子様の身長体重の記録や予防接種の管理、乳幼児健診などの記録が可能ですので、ぜひご活用ください。
右のQRコードを読み取っていただくか、「Google play」「App Store」で「母子モ」を検索し、インストールしてください。



「教えて看護師さん」はお休みします。