



キッズケアルームだより

令和7年10月吉日



9月の利用状況

上気道炎	14名
ヘルパンギーナ	2名
その他	4名

木々の葉も色づき始め、季節はすっかり秋。過ごしやすい時季になりました。9月は上気道炎のため利用するお子様が多くなっていましたが、体調管理に気を付けながらスポーツ、食欲、読書、芸術・・・さまざまな秋を楽しんでくださいね。



よく噛んで食べよう



子どものうちから、食べるときによく噛むことはとても大切です。唾液をたくさん出すことによって虫歯を予防したり、噛む動作によるストレス解消の効果もあると言われています。また、脳の動きを活性化したり、必要以上に食べ過ぎるのを予防する効果もあります。小魚や海藻、果物など、食事には是非よく噛んで食べる食材を加えましょう。

知っておきたい 子どもの目のトラブル

目はとってもデリケート。何気なく触っただけでも、細菌やウイルスが侵入する恐れがあります。目の異常に気付いたら早めに病院を受診しましょう。

こんなときは要注意



目をこする、まばたきが多い

かゆいときや痛いときは、手で目をこすったり、瞬きが増えたりします。



涙でうるうるする、充血している

目を覆う結膜に炎症が起こっている、涙が増えたり、充血したりします。



目やにが増える

涙や分泌物が増えるために、目やにが増えます。

【流行性角結膜炎】

ウイルスが結膜に感染し、炎症を起こします。目やにが増えたり、白目が充血したりするほか、黒目に白い膜ができることがあります。感染力が強く、うつりやすいため、「はやり目」と呼ばれます。タオルや寝具を介してうつることがあるので、タオルの共有は避け、枕カバーやシーツをこまめに交換しましょう。

【麦粒腫(ものもらい)】

まぶたに細菌が感染して、目の縁や、まぶたが赤く腫れます。目がゴロゴロしたり痛みが出たりしますが、子どもはうまく言えないこともあります。まぶたが腫れているときや目をしきりに触るときは受診しましょう。他の人に感染することはなく、薬を正しく使えばすぐに治ります。