



アイリス保育園  
令和8年9月30日(水)

日中はまだ汗をかきながら遊んでいる子どもたちですが、朝夕は気温が低く服装に迷う季節ですね。寒暖差から、発熱や咳、鼻水の症状が多く見られています。手洗いうがいので予防をし、体調の変化に気をつけながら思い切り秋を楽しみましょう。

### 後期内科健診のお知らせ

10月7日(水) 15:00~

- ・気になることがある場合は、事前に担任へお話しください。
- ・当日受けられなかった方は、後日個人で園医での健診をおねがいします。(無料) 健診で所見のあった方のみ、後日お知らせのお手紙をお渡しします。



## 子どものお口の健康 ~Part1~

子どものむし歯は減少傾向にあります。その主因はフッ化物の普及と保護者の意識向上などがあげられています。小児歯科専門医から「子どものお口の健康」について話を伺いましたので、保護者の皆さんにも最新情報をシリーズでお知らせします。

むし歯の原因は1つではなく、6つ要因が重なって起こるといわれています。

- ①細菌(歯垢の菌の種類と量) 細菌のかたまりであるプラーク。口内には700種類以上の細菌がいますが、むし歯に関わるのはごく一部(ミュータンス菌、乳酸菌、ビフィズス菌など)です。
- ②食物(発酵性の糖質) 細菌が酸を作る糖質を発酵性糖質といいます。お菓子やジュース等のショ糖(砂糖)、ラムネや清涼飲料等のブドウ糖、果物やはちみつ等の果糖、ごはんやポテトチップス等の調理でんぷんがあります。熱と水分を加えて調理したでんぷんは、歯にくっつきお口の中に長く残ります。発酵性糖質がプラークに入ると菌のバランスそのものが変わり、酸に強い悪玉菌が増え、酸性になるため歯が溶け出すという「むし歯」が始まってしまいます。 ③~⑥の要因については次回に続く...



## 盛岡市内小児科休日当番医

|     |                |             |          |
|-----|----------------|-------------|----------|
| 4日  | 山口クリニック        | 滝沢市穴口 377-1 | 641-6818 |
| 11日 | 川久保病院          | 津志田 26-30-1 | 635-1305 |
| 12日 | 小林小児科          | 三本柳 11-12-4 | 638-0404 |
| 18日 | さいとう小児科クリニック   | 月が丘 2-2-60  | 643-7171 |
| 25日 | しおはたファミリークリニック | 中ノ橋通 1-6-8  | 656-7339 |
|     |                | Monaka 3F   |          |

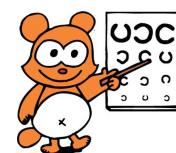
## 感染症発生状況

|         |                           |
|---------|---------------------------|
| 手足口病    | 厨川地区で増加。河北・盛南・河南・都南地区で減少。 |
| 気管支炎・肺炎 | 河北地区で増加。厨川・都南地区で減少。       |
| 溶連菌感染症  | 厨川地区で増加。都南地区で減少。          |
| 胃腸炎     | 河北地区で増加。                  |

手足口病は、いまだ警報値を超えています。まれに無菌性髄膜炎を合併することがあります。インフルエンザは流行入りが例年より早く、主に中学生以下の年齢層で多く患者が報告されています。手洗い、手指消毒、咳エチケット等、基本的な感染予防対策が重要です。感染性胃腸炎は、消毒用アルコールが効きにくいウイルスのため、石けんと流水による手洗いと塩素系消毒剤での処理が必要です。

盛岡市子ども未来部子育てあんしん課より

## 目の愛護デー



乳幼児期は、視力や視覚の発達に最も重要な時期と言われています。視力は、毎日両目を使って常にものを見て刺激を与えられることにより、3歳くらいまでにめざましく発達します。この時期に発達を妨げるような目の異常や病気(弱視や遠視)があれば、できるだけ早期に発見、治療をすることがその後の視力回復に大きく影響します。そのためにも3歳児健診、保育園での健診、就学時前健診はとても大切です。

## 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！  
内容・見方に限らず、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！  
大人がいっしょに歌ったり、子どもの問いかけに応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。連続して見続けけないこと。
- ⑥ 子ども部屋に置かない。



## いろいろなものを見せよう！

いろいろな距離のものを見ることが、見る力を育てます。遠くを見るときは目の周りの筋肉がゆるみませんが、子どもはただ「遠くを見て」と言うてもうまくできません。「あの木のてっぺんを見てごらん」など、具体的に声をかけてあげましょう。



## 家族でルールを決めましょう

スマホやテレビを見る時間を決めましょう。大人がスマホを使いすぎたり、テレビを長時間見たりしていると、ルールを守る意欲をそいでしまいます。大人がまず見本を！

