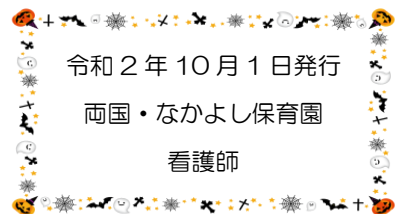




# ほけんだより



だんだんと涼しい日も増え、朝・夕は肌寒く感じるようになりました。このような気温差で体調を崩すこともあります。風邪をひかないよう体調管理をしっかりと行って行きましょう。

**10月の保健行事**

\*0歳児健診  
10月15日(木) 10:00~  
もも組さんは登園のご協力をお願いします。  
ます。

**9月の感染症**

突発性発疹 1名

## アレルギーのメカニズム

人間の体は異物が入った時、それに対抗する物質を作って追い出そうとします。これは細菌などから体を守るために必要な反応ですが、過剰になると害のない物質まで攻撃してしまいます。これがアレルギー反応です。



### 食物

#### <原因>

卵、牛乳等の場合、乳幼児の腸粘膜が未発達なため、蛋白質が大きな分子のまま吸収されてしまうことが大きな原因です。

#### <対応>

医師の診断のもと個々に合わせた対応を行い、アレルギーの状態はこまめ検査することが大切です。

### ダニ・ハウスダスト

#### <原因>

ダニの死骸やふん、ハウスダストを吸い込んでしまうことでアレルギー症状がでます。

#### <対応>

できればフローリングにし、こまめに掃除・洗濯をして、抗原の量を減らしましょう。



### 動物

#### <原因>

動物の毛やふけ、ふんが乾いて粉になったものが空气中に飛散し、それを吸引することによって起こります。

#### <対応>

症状のでる動物に接触しない。飼育小屋に近づくだけで症状がでることがあるので注意しましょう。

### 花粉

#### <原因>

スギ・イネ科植物・ブタクサ等の花粉を吸引することによって起こります。

#### <対応>

外から帰ったら衣服についた花粉を払い、手や顔を洗う。ひどい時は医師に相談してみましょう。

## 10月10日は目の愛護デー

2つの10を横に倒すと、まゆと目の形に見えることから、10月10日は目の愛護デーとされています。乳幼児期は子どもの目をもっとも育つ時期です。この機会に、子どもの「目」の健康を改めて見直しましょう。



## 足に合った靴で遊ぼう

すぐに成長するからと、つい合わない靴をはかせていませんか。靴が足に合っていないと、不自然な足の使い方、歩きかたのまま足が育つこととなります。成長著しいこの時期こそ、適切な靴選びが重要なのです。

