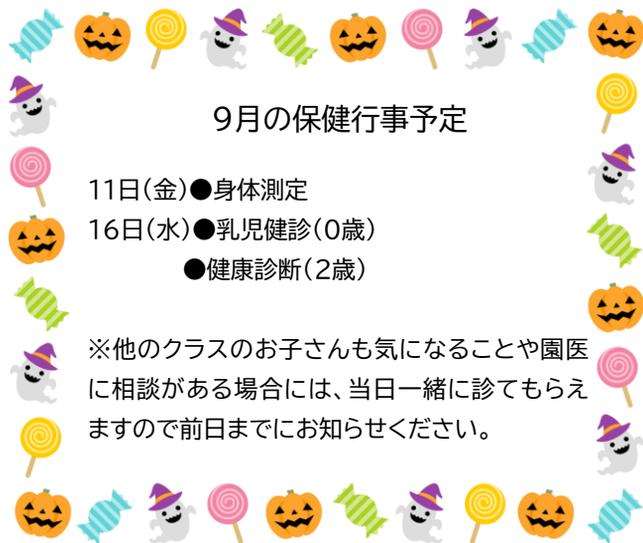




ほけんだより 10月

2024年10月1日
いちご保育園
看護師 佐々木

夏の暑さもおさまり、秋らしくなってきました。先日の運動会は、子どもたちが元気に怪我なく終えられたこと嬉しく思います。先月は8月に続き、手足口病やマイコプラズマ肺炎等が園内で流行していました。これからぐっと気温が低くなってきますので、秋の風邪やインフルエンザが流行する時期になります。たくさん睡眠をとり、食べて、手洗い・うがいもしっかりして元気に過ごしましょう。



9月の保健行事予定

- 11日(金)●身体測定
- 16日(水)●乳児健診(0歳)
- 健康診断(2歳)

※他のクラスのお子さんにも気になることや園医に相談がある場合には、当日一緒に診てもらえますので前日までにお知らせください。

ぶどうぐみ・いちごぐみに 歯科指導がありました



今年も歯科衛生士の先生と園医歯科のよりこ先生が、はみがきの大切さと、みがきかたを教えに来てくれました。いちごぐみは実際にはぶらしを手を持って教わりました。



インフルエンザと予防接種について



今年もインフルエンザの予防接種の時期が近づいてきました。病院によってはもう予約が始まっているところも多くあります。去年罹患した又は、接種したので今年は打たなくても良いかな？と思っている方も多くいると思います。私自身も参考になりましたので是非、下記Q&Aに目を通してください。予防接種は6カ月～13歳未満は2回接種です。

知ってる!? インフルエンザとワクチン

インフルエンザは どんな病気?

- 38℃以上の発熱、頭痛、関節痛、筋肉痛、全身倦怠感などの症状が比較的急速にあらわれる
- 子どもではまれに急性脳症を、高齢の方や免疫力が低下している方では、二次性の肺炎を伴うことがある



知ってる!? インフルエンザとワクチン

インフルエンザとかぜは どう違うの?

病名	インフルエンザ	普通のかぜ
原因となるウイルス	インフルエンザウイルス	様々なウイルス
症状	<ul style="list-style-type: none"> ●症状が比較的急速に発現 ・38℃以上の発熱 ・頭痛 ・関節痛 ・筋肉痛 ・全身倦怠感 ・のどの痛み ・鼻汁 ・せきなどの局所症状もあり 	<ul style="list-style-type: none"> ●局所症状が中心で全身症状は少ない ・のどの痛み ・鼻汁 ・くしゃみ・せきなど ・発熱はインフルエンザほど高くない
重症化	急性脳炎、二次性肺炎を伴うなど重症になることがある	重症化することはあまりない

知ってる!? インフルエンザとワクチン

インフルエンザは どのように感染するの?

- 日本では、例年12～3月に流行する
- 飛まつ感染、接触感染でうつる
- 発症前日から発症後3～7日はウイルスを排出
- 症状が出てから5日を経過し、かつ解熱後2日(幼児は3日)を経過するまで、登園・登校は禁止



知ってる!? インフルエンザとワクチン

インフルエンザワクチンの効果・有効性などは?

- インフルエンザワクチンの最も大きい効果は、重症化の予防
- インフルエンザ発病防止に対するワクチン有効率は60%*
- そのシーズンの流行が予測されると判断されたウイルスを用いて製造するため、毎年の接種を検討するほうが良い
- 日本では、12月中旬までにワクチン接種を終えることが望ましい

厚生労働省 疫学について、季節性インフルエンザ 予防接種の意義等、インフルエンザ(総合ページ)、令和4年度インフルエンザQ&A [2023年1月閲覧]https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakuunits/bunya/henkoku_ikyuu/henkoku_kakaku/kansenshou/influenza/QA2022.htmlより作成

厚生労働省 疫学について、季節性インフルエンザ 予防接種の意義等、インフルエンザ(総合ページ)、令和4年度インフルエンザQ&A [2023年1月閲覧]https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakuunits/bunya/henkoku_ikyuu/henkoku_kakaku/kansenshou/influenza/QA2022.htmlより作成