

12月

ほけんだより

平成28年12月1日

南日野保育園

11月に初雪が降り、一気に冬が来ました。朝夕の気温もぐんと下がり、お布団から子どもも大人も出てきにくい季節になってきました。保育園に登園してからは、ホットカーペットの上で丸くなったり、日向ぼっこをする姿も見られます。

天気の良い日には、戸外遊びを楽しんでいきながら、うがいや手洗いをし、この冬を元気に乗りきりたいと思っています。

インフルエンザ 予防接種 Q&A

かぜよりも症状が重く、感染力も強いインフルエンザ。0、1、2歳児がかかると、肺炎やインフルエンザ脳症を引き起こすことも。予防接種を受けておくと、万が一かかるても軽い症状で済むので安心です。

Q 去年インフルエンザの予防接種を受けたので、今年は受けなくてよい?

A 原因になるウイルスには、主にA型、B型、C型の3つがあり、年によって流行する型が違います。A型B型がよく流行しますが、毎年予防接種を受けることで、効果が期待できます。

Q 受けるとインフルエンザにかかるないの?

A 必ず発病を防げるというものではありませんが、かかるても重症化したり、合併症を起こしたりするリスクを減らすことができます。

Q 予防接種の効果が続く期間は?

A 接種後、効果が現れるまでに約2週間かかり、その後半年くらいは持続します。

Q 接種の方法は?

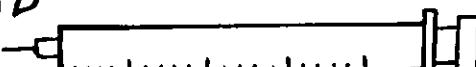
A 生後6か月から受けられます。大人は1回接種、13歳以下の子どもは2回接種が必要。1回目の接種の後、2~4週間あけて2回目を接種します。ただし卵アレルギーがある子は、医師と相談しましょう。

Q いつごろ受けたほうがよいの?

A 最も患者数が増えるのは1月~2月ですが、流行は12月ごろから始まります。それまでに免疫をつけておきたいので、1回目は10月後半ごろ、2回目は2~4週間後に接種しましょう。

園児健康診断

ご協力ありがとうございました。



インフルエンザと かぜの違い

インフルエンザ	かぜ
インフルエンザウイルス	原因 細菌、ウイルス
冬から春に多い	時期 一年を通して
全身症状	病気の始まり 鼻水、くしゃみ
39~40℃	熱 37~38℃くらい
大流行することも	伝染 多くの人にうつらない
手足や腰に強く出る	関節痛 ほとんどない
肺炎、気管支炎、インフルエンザ脳症など	合併症 安静を守ればひどくならない

インフルエンザは、発症し5日を過ぎて、かつ、熱が下がってから3日を過ぎるまでは、園はお休みします

*必ず登園許可証明書が必要です

正しい手洗いを

手洗いで予防できる病気はたくさんあります。正しく洗って、健康に過ごしましょう!

せっけんを泡立てて……



指と指の間、指先、手首は洗い残しが多いよ。念入りにね



おつかれ!