

9月 ほけんだより

上庄ひいらぎこども園 2023年9月



まだまだ暑い日が続きますが、暦の上では秋、子どもたちにも夏の疲れが出てくる頃です。しっかりと睡眠をとり、毎日の体調の変化に気をつけてください。気温が下がり、空気が乾燥してくると、感染症がはやりやすくなります。室内の温度や湿度の調節、換気、手洗いもこまめに行いましょう。

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、万が一かかっ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らないの？

A 必ず発病を防げるというものではありませんが、かかっても重症化したり、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？

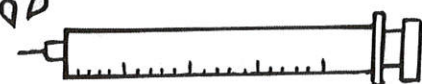
A 接種後、効果が現れるまでに約2週間かかり、その後、半年くらいは持続します。

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歳未満の子どもは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1～2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。



食中毒の原因と症状

原因菌	感染経路	症状
サルモネラ菌	レバーや刺身、生卵、ハム、ソーセージなど	腹痛、下痢、発熱など
腸管出血性大腸菌 [O157、O111、O26、O128など]	井戸水、生野菜、牛などの生肉	激しい腹痛、血便、水のような激しい下痢便、けいれんなど
ノロウイルス	カキなどの二枚貝に多い。症状のない感染者から食材を介して集団感染することも	腹痛、おう吐、下痢、やや白っぽい淡黄色の便、発熱など
カンピロバクター	加熱不十分な鶏肉など	腹痛、下痢、おう吐、発熱など
ボツリヌス菌	ハチミツなど (1歳までは与えない)	おう吐、下痢、呼吸困難など

まだまだ油断禁物な季節です。

食中毒の原因となる病原体はこのほかにもありますが、特に腸管出血性大腸菌には注意が必要。おう吐を繰り返すときや、激しくおなかを痛がるときはすぐに病院へ行きましょう！



コロナの流行によりマスクをはじめ感染症対策を誰もが徹底していた時は“なり”を潜めていた感染症が、今後流行る可能性があるとも言われています。インフルエンザもその一つです。適切な予防策を講じていきましょう。

9月9日は救急の日

救急用品の点検を



※使用期限のチェックや、成長に応じた中身の検討、補充をしておきましょう。