



ほけんだより



2022年10月1日 ゆらりん仙川保育園 看護師 滝田

夏の暑さもおさまり、秋らしくなってきました。さわやかに吹く風が秋の深まりを知らせてくれます。季節の変わり目で体調を崩しやすい時期でもあるので、手洗い・うがいや衣服の調節などをして、かぜを予防しましょう。

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あります。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ことが多いため安心です。

Q 去年インフルエンザの予防接種を受けたので、今年は受けなくても良い？

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、都市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、効果が表れるまでに約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回接種をします。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 打つ時期は？

A 最も患者数が多いのは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。

乳児医療証の提出のお願い

10月で医療証が更新されます。お住まいの区や市から更新された乳児医療証は届きましたでしょうか。新しい乳児医療証がお手元に届きましたら、コピーをしてご提出をお願いします。また、保険証が更新された場合や、新たに予防接種や健診を受けた場合も母子手帳のコピーをご提出お願い致します。

10月10日は 目の愛護デー

生まれたときは明暗を感じる程度の子どもの視力が、大人並みの1.0くらいになるのが、6才頃と言われます。子どもは視力に異常が生じてても、自分で症状を訴えることは難しいです。気になる様子が見られたら、眼科を受診しましょう。

こんなときは心配です

- 目を細めて見る
- テレビや絵本に近づいて見る
- 明るい戸外でまぶしがる
- 目つきが悪い、目が寄っている
- 見る時に首を曲げたり、頭を傾けたりする
- いつも涙ぐんでいる
- 片目でみるなど

