

～ほけんだより10月号～

長野こども学園

令和7年10月1日

長かった猛暑から、ようやくさわやかな秋の気配が感じられる季節となりました。朝晩と日中の気温差があり、体調を崩しやすいです。また、空気が乾燥し始めて風邪や感染症などが流行しやすい時期です。秋は、運動会やハロウィン、地域のお祭りなど楽しいイベントが多いので、普段より一層感染対策と生活習慣を整えましょう。また、感染対策として5月にひまわり組、ばら組、ゆり組の子ども達と手洗い指導を行いました。先月は、さくら組の子ども達と手洗いの紙芝居をした後、手のひらにバイキンマンのスタンプを押して、洗い残しがないように「ごしごし洗い」や「ねじねじ洗い」で練習をしました。ご家庭でも食事前やトイレ後、帰宅後などの手洗いの時、子ども達と一緒に楽しく行ってみてください。

インフルエンザについて

今年は、例年よりも早くA型インフルエンザの流行が予測され感染拡大が懸念されています。乳幼児がインフルエンザにかかると、高熱や咳、鼻水や倦怠感、脱水などの症状が出ます。まれに肺炎やインフルエンザ脳症、熱性けいれんなどの重症化や合併症を引き起こすことがあります。予防のために早めの予防接種や感染対策を行いましょう。

「インフルエンザの予防接種について」

10月頃からインフルエンザワクチンが始まります。乳幼児は、重症化しないために受けておくことが望ましいです。インフルエンザの皮下注射は、生後6ヶ月から12歳までは免疫がつきにくいので2回接種します。13歳以上は、1回接種となります。インフルエンザワクチンの予防効果は、約5ヶ月間持続するので流行までに早めに接種しましょう。重度のアレルギーやけいれん、基礎疾患や免疫不全、喘息発作などがある場合接種はできません。必ず母子手帳持参の上、かかりつけの医師に相談してから受けましょう。

鼻にスプレーをするインフルエンザ生ワクチン(フルミスト)は、2歳から18歳まで対象で左右の鼻にワクチンを噴霧するため、針を刺す必要なく1回の接種で完了です。詳細は、かかりつけの医療機関にお聞きください。

「登園の基準(コロナウイルスも同様)」

- ① 発症0日、発症後5日を経過していること。
- ② 解熱後3日、経過していること。
(乳幼児の場合は、望ましいです。)

上記2つの条件を両方とも満たした日より登園可能です。
また、登園届をご記入して頂いてから登園となります。

蚊に刺されると、 すぐはれるのはなぜ？

蚊は、血液を吸うときに自分の口から唾液の成分を私たちの体に注入します。この成分に、免疫が過剰に反応してアレルギーを起こし、はれやかゆみを起こします。

ただ、蚊に刺されたことのない赤ちゃんや小さな子どもでは、体の中でアレルギーが起こるのに時間がかかり、反応も強くなります。そのため、少し時間がたってから、すぐはれてびっくりすることがあります。

1～2日後に はれてくる

刺された翌日くらいから、赤くはれたり、水ぶくれに なったりし、数日続きます。



ひどいときは病院へ

炎症を抑えるステロイドの塗り薬が必要な場合がありますし、水ぶくれからばい菌が入る危険があります。ひどいときは早めに小児科や皮膚科で相談しましょう。

9月の感染者数

- ① ヘルパンギーナ...6名
- ② コロナウイルス...4名
- ③ インフルエンザ A 型...2名
- ④ りんご病...1名