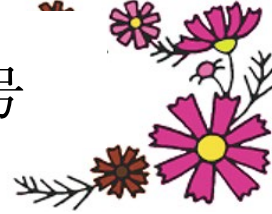


# ほけんだより 10月号



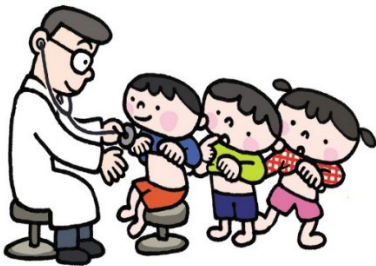
気温が下がり、空気が乾燥してくると感染症がはやりやすくなります。毎日の体調の変化に注意するとともに、室内の湿度や温度の調節、換気そして手洗いもこまめに行なうようにしましょう。



## 健康診断のお知らせ

10月24日（火曜日）

日ごろ気づきにくい病気を早く発見したり、成長を知ったりすることは、子どもの健康を守るためにとっても大切です。医師に聞いておきたいことなどがあればお知らせください。また当日はできるだけお休みがないようお願いいたします。お休みした場合は個人で電話予約をして受診していただきます。



## インフルエンザ予防接種が始まります



10月から、各医療機関でインフルエンザの予防接種が始まります。インフルエンザは例年12～4月ごろに流行し、1月末～3月上旬に流行のピークを迎えます。十分な抗体ができるまでには2回目接種から2週間以上かかりますので、1回目接種は遅くとも11月上旬までにすませましょう。

**2回接種**  
日本では、生後6か月～12歳までの子どもは、2回接種が原則です。子どもは、2回接種のほうが抗体の量が増えるからです。インフルエンザワクチンでは、1回目と2回目の接種間隔は、4週間程度あけるのが望ましいとされています。流行の前に2回目の接種が終えられるようにしましょう。



### 生後6か月から

インフルエンザワクチンは、インフルエンザを完全に予防することはできませんが、肺炎や脳症などの重症化を予防します。ワクチンは生後6か月から接種できます。発病すると重症化しやすい子ども、妊婦、お年寄り、特に接種を受けることがすすめられています。

### 家族みんなで!

重症化しやすい乳幼児をインフルエンザから守るためには、家族みんなのワクチン接種に加え、大人たちも手洗いやせきエチケットを徹底すること、流行の時期は、人が多く集まる場所に行かないようにすることなどが大切です。

予防接種を受けたら担任にお知らせください

予防接種を受けたときは、何の予防接種を、どこ（右の腕 など）に受けたか担任にお知らせください。痛みや発熱がないかなどを、園でもみていきます。