



# 10月のほけんだより



令和6年10月発行  
なでしこ保育園



9月上旬は朝晩も暑さが続き、鈴虫の音色が聴こえてくるのに秋の気配がなく、残暑の中、子どもたちは顔を真っ赤にしなが、運動会の練習に取り組んでいました。ようやく下旬に入り、朝・晩の涼しさとともに、秋の風が吹き、運動会の取り組みを行いやすい気候となりました。

季節が変わり、空気が乾燥してくると、感染症も拡大しやすくなります。

## 【去年の冬の感染症の傾向について】

去年の8月・9月はアデノウイルスが流行し、11月よりインフルエンザウイルスによる感染症が出てきたと思えば、12月には30名以上の罹患と爆発的な流行となりました。3月までインフルエンザウイルスB型が猛威を振るっており、今年も感染症の流行が懸念されます。子ども（生後6ヶ月～13歳未満）は、2回の接種で十分な免疫が獲得されるため、接種を検討されているご家庭は、お早めにご予約をお願いします。

※予防接種は、感染症を完全に防ぐことはできませんが、免疫を獲得することで、かかりにくくなる、罹患しても重症化しにくいことがメリットとしてあります。ただし、予防接種による副反応もあるため、かかりつけ医に相談しましょう。

## 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。

感染症予防の基本は、手洗いです。3歳までは、泡がついたままになっていないか、手が濡れたままでないかなど手洗い後の確認や援助が必要となります。帰宅後・食事前などは、必ず正しい手洗いをして、予防をしていきましょう。

#### 0歳児 手をふいてもらう

離乳食が始まったら、「きれいにしようね」と声をかけながら、食事やミルクの前は必ず手をふきます。

#### 1歳児 手を洗ってもらう

「ごはんだから手を洗おう」と声をかけて手洗いに誘います。大人がせっけんをつけていねいに洗い、ふいてあげましょう。



#### 2歳児 自分で洗えるようになる

自分で水を出し、せっけんをつけて大まかに洗い、流し、ふくことができますが、きちんと洗うためには、見守りと声かけが必要です。



#### 3歳児 しっかり洗える

「手を洗おう」と声をかければ、自分で正しい洗い方ができますが、洗った後のチェックは必要です。

