



10月のほけんだより



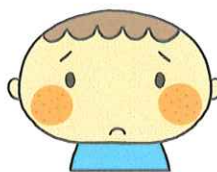
令和7年9月30日(火)

例年にない夏の暑さも少しずつおさまり、秋らしくなってきました。さわやかに吹く風が秋の訪れ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して、風邪を予防しましょう。

今年はいんご病が流行しました



咳や鼻水、微熱が出るなど、かぜによく似た症状が現れます。この時に最も感染力があります。特に妊婦の方は胎児に影響が出る可能性があります、注意が必要です。



両頬に発疹が現れ、段々とりんごのように赤く腫れてきます。同時に、腕や太もも、もしくは体全体に、レースの編み模様のような発疹が現れます。

対 処



発症時はかゆみを伴います。直射日光に当たったり、入浴すると、かゆみが強くなることがあります。発疹が消えるまでは、お風呂はシャワーだけにするなど、短時間で済ませるようにしましょう。



インフルエンザの予防接種について

今年もインフルエンザの予防接種の季節になりました。インフルエンザの予防接種は発病を予防することもですが、肺炎や脳症などの重大な合併症を予防する非常に大切なものです。今年は百日咳や新型コロナウイルスなどの感染症の陰に隠れ、インフルエンザの診断が遅れてしまうケースも出てきている様です。

昨年度から2歳以上の子どもに鼻の中に噴霧するタイプの「フルミスト」という生ワクチンが認可されました。1回で接種が終わること、針を刺す必要がないこと、効果持続期間が長いことが特徴となっています。鼻水などの副作用が出る可能性があります。接種を検討されている方はかかりつけ医で相談してみてください。

秋かぜに注意！

秋は気温差が激しいため、かぜを引くやすくなります。ご家庭では背中を触るなどして確認し、汗をかいているようなら衣服を取り替えてあげましょう。また、手洗い・うがいをこまめに行う習慣を付け、規則正しい生活でウイルスを寄せ付けないようにしましょう。新型コロナウイルスの感染拡大や早めのインフルエンザの流行も心配されているため、体調で気になることがあれば職員までお伝えください。