



# ほけんだより

令和6年11月号



今月の保健行事

11/20 身体計測

## 流行中の感染症

発熱症状が増えています。

38～39度の熱が2～3日続くようです。

感染症の報告はありません。

## 11/21(木)移動動物園です！

動物アレルギーのある方は担任にお知らせください。

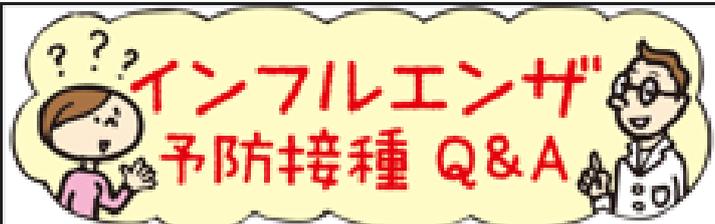
動物にさわったり、餌をあげたりします。ポニーにのって、写真も撮ります。



11月になり、今年度も後半になりました。

1月からすみれ組は午睡がなくなります。保育園と家庭での生活リズムが変化しますので、

秋の夜長ですが、早く寝る習慣をつけましょう。朝晩は冷え込みますので寝冷えに注意して家族みんなでしっかり寝ましょう！



## 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。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ので安心です。

Q 去年インフルエンザの予防接種を受けたので、今年は受けなくてよい？

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、年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、効果が現れるまでに約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回接種が必要。1回目の接種の後、2～4週間あけて2回目を接種します。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 いつごろ受けたほうがよいの？

A 最も患者数が増えるのは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。

