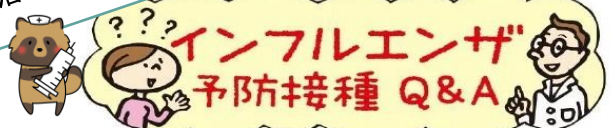




子どもたちが暑さに負けず、たくさん練習してきた成果を見せる、運動会。当日は温かいご声援をお願いいたします。そして、令和7年度も半分を過ぎました。今一度、感染力の強い病気にかかった時の登園目安について確認していただけたら嬉しいです。秋からできる健康習慣をみにつけて、元気に冬を迎えましょう。

季節性インフルエンザの
予防接種が始まります
上手に活用しましょう！



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。

秋は薄着の習慣を身に着けよう！

肌寒くなってくると、つい子どもに厚着をさせたいくなりますが、子どもは意外と寒さに強いもの。冬に向けて服装を調整することで元気な体を作る事ができます。

★薄着のメリットとは・・・？★

- ① 自律神経を整える
皮膚が暑さや寒さを感じることで、体温調節の力が強化されます。
- ② 抵抗力が高まる
薄着で過ごすことで風邪をひきにくい丈夫な身体を作る事ができます。
- ③ 適応能力と回復力がアップ
外の環境に合わせて体温調節ができるようになります。

薄着で過ごすコツ

- ・寒いときは薄手の上着で調整する
- ・肌着を着て保温する
- ・おなかと背中が出ないようにする



秋冬のスキンケア3か条

秋冬の乾燥した空気はデリケートな子どもの皮膚には大敵。放っておくと、かゆかゆ、かさかさになってしまいます。「こまめに、丁寧に」日常的なケアをしてあげてください。

① たっぷり保湿

保湿剤は、お風呂上がりには必ず塗りましょう。肌に湿り気があるうちに使うと、角質層に水分を閉じ込められるので効果的です。

② 清潔を保つ

顔に汚れなどが付いていたらきれいにふいて。お風呂ではごしごしこすらず、せっけんを泡立てて優しくあらいます。

③ 刺激を少なくする

直接肌にふれる衣服は綿素材がお勧め。ポリエステルなどの合成繊維は静電気を起こしやすいため皮膚を刺激してかゆみのもとになる可能性もあります。





色々な病気の 登園目安について 改めて確認してみましょう

- ・麻疹（はしか）
→解熱後 3 日間を経過している
- ・風疹
→発疹が消失している
- ・水痘（水ぼうそう）
- ・帯状疱疹
→すべての発疹がかさぶたになっている
- ・流行性耳下腺炎（おたふくかぜ）
→耳下腺、顎下腺、耳下腺の腫脹が出現後
5 日経過し、かつ全身状態が良好になっている
- ・咽頭結膜熱（プール熱）
→発熱、充血の主な症状が消失し 2 日間経過
- ・流行性角結膜炎
- ・結核
- ・百日咳
- ・腸管出血性大腸菌感染症（O-157 など）
- ・急性出血性結膜炎
- ・髄膜炎菌性髄膜炎・新型コロナウイルス（牛久市）
→医師により感染の恐れがないと認められるまで
- ・溶連菌感染症
→抗菌剤内服後 24 時間～48 時間経過している
- ・マイコプラズマ肺炎
→発熱や激しい咳が治まっている
- ・手足口病
- ・ヘルパンギーナ
→発熱や口腔内の水泡・潰瘍の影響がなく普段の
食事がとれている
- ・伝染性紅斑（りんご病）
→全身状態がよい
- ・ウイルス性胃腸炎（ノロ、ロタ、アデノなど）
→嘔吐・下痢等の症状が治まり普段の食事がとれ
ている
- ・RS ウイルス
→呼吸器症状が消失し全身状態が良い
- ・突発性発疹
→解熱し機嫌がよく全身状態が良い
- ・インフルエンザ・新型コロナウイルス（柏市）
→発症日（症状が出た日）を 0 として
発症から 5 日経過した日かつ症状軽快から 3 日
を経過した日のどちらか遅い方の日付

★保育園は集団生活の場であり感染拡大を防ぐため、
診断された場合は保育園にもご一報下さい★

〔 乳幼児の健診と予防接種 〕 ～子どもの体の健康と安全を守るために～

我が国では世界で有数なる長寿国となるために乳幼児の死亡率を低くするため「乳幼児の健診や法定の“はしか”などの予防接種率を高めてきました。しかし長い間国はこのような対策を立ててきたにも関わらず、心や脳が病んでいる子どもたちが増えていることを、保育の現場にいる私たちは強く感じています。

つまり「乳幼児の健診や予防接種」などでは防ぐことのできない「体の健康だけではない心や脳の健康」を目指すことです。

“Well-being 幸せになろうね！幸せになろうよ！”という

“human health care”という予防保育につながる考え方があったのです。

それを私たち（社福）童心会では「Serve & return（サーブ・アンド・リターン）と言います。

“すべての生命を与えられたもの”とのやりとり・受けこたえのことを言います。

発達心理学や子どもの脳の発達研究などで使われるとても重要な考え方です。

法人だより 9 月号の中でも書きました。

〔agency（主体・自我）の成り立ちの基盤(Serve & return)〕

～人格・人間性・人生観・主体（自分らしさ）を創る～

という考え方です。それらは生れて間もない赤ちゃんとも母親との

“表情・仕草・態度・眼なざし・天使のほほえみ”などとのやりとり・受けこたえなどの

応答行為から始まっているのです。

これからも皆さまのご協力を頂きながら

“Well-being” 幸せになろうね！幸せになろうよ！を目指します。

ありがとうございました。



理事長 中山 勲 拝