



## 11月ほけんだより

R7.11.4 発行

落ち葉が赤や黄色に色づいて、お散歩が楽しい季節です。朝晩の冷え込みで、厚着で登園する子も増えましたが、日中の運動時は意外に汗をかきます。脱ぎ着しやすい上着での調節をお願いします。また、全国的にインフルエンザの患者数が増えています。うがい、手洗いなど基本的な感染予防対策を心がけましょう。



## 歯科・内科健診の日程が決まりました



## 歯科健診

遠劔歯科医院 遠劔 秀則 先生

## 内科健診

11月13日(木)

小泉医院 小泉 嘉明 先生

## インフルエンザの予防接種を受けましょう

かつては冬の感染症と言われたインフルエンザも、最近では通年みられるようになりました。今年は去年より1か月早く流行期に入り、予防接種を受ける前に罹患するお子さんも増えているようです。栄養をとり、規則正しい生活をして体調を整え、予防接種を受けましょう。釜石市では、インフルエンザの経鼻弱毒生ワクチン（フルミスト点鼻液）の費用助成が先月から始まっています。2歳以上のお子さんから18歳までが対象です。点鼻液は皮下注射に比べ費用が割高ではありますが、痛みもなく免疫を1シーズン維持できるといわれています。一方で、弱毒化した生ワクチンであり接種を受けるにあたっては皮下注射と異なる注意事項もあります。市のホームページ等で確認のうえご検討をお願いします。

## ワクチン接種後はゆっくり休んで様子をみてください

予防接種を受けたあと「登園してもいいですか?」とお問い合わせを受けることがあります。

予防接種を受けた後は、発熱などの体調不良が見られたり、まれにアナフィラキシーなどの副反応が発現することもあります。

○ワクチンの種類を問わず、予防接種後に急な副反応が発現する可能性があるので、30分は医療機関等でそのまま様子を見ましょう。

○予防接種後は激しい運動を控えて静養することなども一般的な決まりです。

以上から、お子様のワクチン接種は可能な限り午後に計画し、接種後はご自宅で静養していただくようご配慮をお願いします。

午前中  
保育午後  
予防接種そのまま  
自宅静養