



ほけんだより 9月号



令和2年9月
しいの木保育園
看護師 鈴木

残暑は厳しいものの、朝夕の涼しい風に秋の気配を感じるようになりました。少し日焼けをした子どもたちが、たくましく成長したように思います。今年は酷暑でしたので夏の疲れが出やすくなるかと思えます。体調を崩さないように気をつけましょう。

【秋の熱中症に注意！！】

気象庁によると9月は全国的に残暑が続き平年よりも気温が高いと予想されています。

季節の変わり目になると、徐々に寒暖差が大きく、涼しい日の後に突然気温が高くなることがあります。真夏は連日の暑さに耐えられても、涼しい日が続いた後は気温が高いと、気温が25度でも熱中症になる場合があります。

その時は大丈夫でも、熱い室温の中に長い時間いて2～3日後に体調を崩し亡くなることもあります。夏が終わってもしばらくは注意していきたいものですね。



かぜの時に風呂に入っても大丈夫？

熱がなければ入っても大丈夫です。かぜの時の風呂は、疲れを取るためではなく、皮膚を清潔にすることが目的なので、汗や汚れが取れば十分です。体力の消耗を防ぐため、お湯の温度は上げ過ぎず、湯冷めしない環境をつくりましょう。お子さまが嫌がる時は無理にお風呂に入れるのはやめましょう。



予防接種の接種間隔が緩和されます！



2020年10月から予防接種の接種間隔が緩和されます。生ワクチン注射⇒生ワクチン注射は今まで通り27日以上空ける。それ以外の組み合わせ（経口生ワクチン・不活化ワクチン）は接種間隔が「制限なし」に！

注意点は【ヒブワクチンや肺炎球菌など複数回打つものについての接種間隔は、効果を最大限にするために考えられているので、現状のまま】です。

【注射生ワクチン】

BCG・麻しん風しん（MR）・おたふくかぜ・水痘等

【経口生ワクチン・不活化ワクチン】

ロタウイルス・ヒブ・肺炎球菌・B型肝炎・ジフテリア・百日せき・破傷風・ポリオ・日本脳炎・子宮頸がん予防・インフルエンザ 等

*かかりつけの病院でご相談ください☆



県内の新型コロナウイルス感染症の報告も続いています。引き続き注意していきましょう。

帰国者・接触者相談センター 050-5371-0561

静岡県庁相談ダイヤル 054-221-8560

