

ほけんだより

令和7年度 こども未来課保育幼稚園 係
5月号 Tel.53-4083

ほけん目標

からだを動かそう。



今月のほけん行事

4か月児健康診査・10か月児健康診査

↓
医（病）院で受けましょう。

1歳6か月児健康診査・3歳6か月児健康診査

↓
個人通知が届きます。

最近小児科でよくみる病気

胃腸炎、RS感染症、アデノウイルス
感染症、インフルエンザ、りんご病等、様々な
感染症がみられます。

手洗い・うがいや換気等、日頃から予防を心がけましょう。

資料提供：松阪地区医師会ベビーグループ

げんきに過ごすために

進級・入園してから1か月が経ちました。園生活に少しずつ慣れてきたころですが、疲れも出てくるころです。また、朝晩と昼間の気温差や急な暑さから体が慣れていないため、体調を崩しやすくなります。ご家庭で登園前にお子さんの様子の確認をよろしくお願いします。なにか、気になることがありましたら、園へも連絡いただきますようお願いいたします。

また、お子さんが発熱し次のような経過のときは、症状が悪化したり、ぶり返したりすることもあります。ご家庭でようすをみていただきますようご協力をお願いいたします。

- 24時間以内に38度以上の熱が出たとき
- 解熱剤を使用しているとき
- 朝から37.5度を超えた熱があることに加えて、元気がない、食欲がなく朝食・水分が摂れていない、表情がよくない等、いつもとようすがちがうとき

※ お子さんの元気な時の「平熱」を知っておくことが大切です。発熱時の体温は、あくまでもめやすであり、個々のこどもの平熱に応じて、個別に判断していくことが必要です。



感染症に注意をしてください。

お子さんはもちろん家族を守るためにも、流行を防ぐためにも予防接種の確認をお願いします。
また、気になる症状があるときは、かかりつけ医等に相談をしてください。

○ 麻疹(はしか)

麻疹は、感染力が非常に強く、空気感染等により、簡単に人から人へ感染していきます。予防としては、ワクチン接種がもっとも有効な方法です。

感染経路	空気感染、飛沫感染、接触感染	潜伏期間	約10～12日間
感染力	非常に強い 免疫を持っていない人は、発症率が非常に高い		
症状	カタル期(2～4日間):発熱(38度前後)、咳、鼻水等かぜ様症状 発しん期(3～5日間):一時熱が下がり、再度高熱(39.5度以上)、 赤色小発しんが顔から全身へ広がる 回復期:発熱が落ち着き、発しんは色素沈着を残して消失する		
登園のめやす	解熱後3日を経過するまで。		
予防接種	MR(麻疹・風しん混合)ワクチン ● 第1期(生後12か月～24か月未満の方):1歳の誕生日がきたら ● 第2期(小学校就学前の1年間の方): 5歳児クラスの園児が対象で、令和8年3月31日までに接種しましょう		



○ 百日咳

百日咳は、特有のけいれん性の咳発作(痙咳発作)を特徴とする急性気道感染症です。
小児が中心ですが、おとなも患います。

感染経路	飛沫感染、接触感染	潜伏期間	約7～10日間
感染力	感染初期(咳が出現してから2週間以内)が最も強い 抗菌薬治療開始後5日で感染力はなくなる		
症状	・ 普通のかぜ症状から始まり、徐々に咳が強くなる ・ 1～2週間で特有な咳発作になる(コンコンと咳きこんだ後にヒューという 笛のような音をたて息を吸う) ・ 発熱はない		
登園のめやす	特有の咳が消失するまで、又は、5日間の抗菌薬治療が終了するまで		
予防接種	百日咳ワクチンを含む4種混合または5種混合ワクチン ● 初回接種:生後2～7か月(4種は2～12か月)に至るまでの期間を標準的な接種期間として20日以上(標準的には20～56日まで)の間隔をおいて3回接種 ● 追加接種:初回接種終了後6か月以上(標準的には6～18か月まで、4種は12～18か月まで)の間隔をおいて1回接種		

