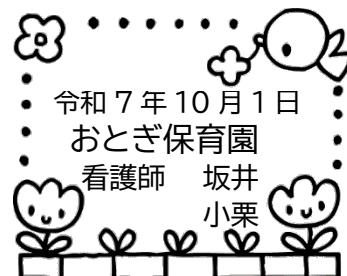


10月のほけんだより



おいしい食べ物やスポーツ、お絵かき、ハロウィンなど、楽しみの多い季節になりました。そしてもうすぐ待ちに待った運動会本番です。まだまだ日中は暑く、練習している子どもたちは汗びっしょりです。着替えができるよう着替えの補充をお願いします。

元気に運動会に出るためにも、よく食べてよく寝て、規則正しい生活を心がけましょう。

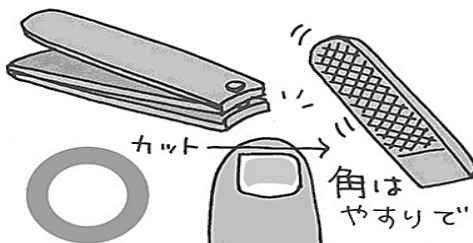
おとぎ先月の感染症

RS ウイルス	5 名
ヘルパンギーナ	2 名
新型コロナウイルス感染症	1 名
アデノウイルス感染症	1 名

つめの伸びすぎ・切りすぎはトラブルのもと

長すぎるとひっかかりやすい

子どもの皮膚は薄いので、つめが伸びていると肌をかいたときにひっかいて傷になることがあります。また、つめが衣類などに引っかかりやすくなります。1週間に1回、つめをチェックして整えてあげましょう。



短すぎると巻きづめになりやすい

つめを短く、丸く切りすぎると、つめの両端が皮膚に食い込む「巻きづめ」になりやすくなります。

つめの白い部分を少し残して、まっすぐに切りましょう。角は切り落すのではなく、やすりで丸く整えます。



インフルエンザの予防接種が始まりました

2回の接種が必要

小さな子どもは免疫がつきにくいので、2回の接種が必要です。効果を十分に上げるためには、1回目の接種と2回目の接種の間は4週間あけるとよいとされています。

効果が十分に出るのは2回目接種から約2週間

乳幼児は有効な免疫ができるのに2回目接種から2週間かかります。

効果は約5か月間持続する

インフルエンザの予防接種の効果は、約5か月。10月から接種すれば、流行の始まりからしっかりカバーできます。

10月から、インフルエンザの予防接種が始まります。予防接種の特性を知って、早めに接種を受けましょう。

