

昼間はまだ汗ばむ日もありますが、徐々に気温の変化を肌で感じる季節になってきました。お布団も洋服も衣替えの季節です。この時期はかぜを引きやすいので、衣服の調節をして体調管理を行いながらスポーツの秋、食欲の秋、読書の秋、様々な秋を楽しみましょう。

インフルエンザワクチン接種にご協力をお願い致します

インフルエンザワクチン接種開始の時期になりました。インフルエンザワクチンは任意接種ですが保育園という集団生活の場になりますので可能な限り接種にご協力をお願い致します。

接種時期と回数

日本では13歳未満は2回接種します。インフルエンザは、普通の風邪と違って脳炎や肺炎を起こしやすい感染症です。小さな子どもの場合1回の接種では十分な免疫が獲得できません。重症化を予防するのに十分な免疫ができるのは2回目を接種して約2週間経ったころからです。流行時期までに接種が完了するようにスケジュールを立てましょう。10月頃に1回目を接種し、3~4週間後に2回目を接種することをお勧めします。尚、当法人の如来山内科・外科クリニックでも10月1日よりワクチン接種を開始します。予約制ではなく来院時に在庫があれば当日接種が可能ですのでご利用ください。Lineで情報発信していますので、是非友達登録して下さい。

インフルエンザ脳症に注意

インフルエンザ合併症の1つで主に5歳以下に発症します。発症してから早い時期にけいれん、呼び掛けても反応しない等の意識障害の他、急に怒ったり怯えたりうわ言を言うなどの異常行動が見られることがあります。このような症状が見られたら医療機関を受診して下さい。



秋風邪に注意

秋は気温差が激しく、夏の薄着や冷房、夏バテによる体調不良からくる免疫力低下により風邪を引きやすくなります。秋風邪予防のポイントは「温め」と「免疫力向上」。

- ① 食事や飲み物は意識して温かいものを摂る
- ② 秋の味覚をしっかり食べる
- ③ 規則正しい生活を心掛ける
- ④ 汗をかいた時は衣類を交換する

また新型コロナウイルス感染症対策としても手洗いの徹底や定期的な保育に関する衛生管理と消毒を引き続き行っていきます。

ご家庭での体調管理にご協力をお願いします。

衣替えについて

衣替えの季節となりました。1日の中で朝晩の気温差がありますので、薄手の長袖やカーディガン等の上着など、衣服調節がしやすい着替えのご準備をお願いします。また衣類のサイズの見直しも併せてお願いします。

