



ほけんだより

2024年 11月
沼袋西保育園
看護師

暑さも収まり、過ごしやすい気候になりました。足元に風に流された落ち葉がたくさんあり、カサカサと秋の音が聞こえます。朝夕の気温差が大きく、着衣に悩む季節です。上着の脱ぎ着で調整するといいでしょう。先月の園では 幼児に多かつたりんご病(伝染性紅斑)や、乳児に散発した手足口病といった感染症がありました。手足口病は年内で 3 回目の発症のお子さんもおられました。季節の変わり目は体調を崩しやすいので、ご注意ください。



インフルエンザワクチン予防接種を受けよう！！

これからの時期、季節性インフルエンザが流行します。流行シーズンの前(12月上旬頃まで)にワクチン接種することをお勧めします。中野区ではインフルエンザ任意予防接種費用の一部助成をおこなっています。

対象者・期間・助成額と回数

対象者	中野区にお住いの、生後6か月から中学3年生までのお子さん
期間	2024年10月1日～2025年1月31日まで
助成額と回数	13歳未満のお子さんは期間中2回(1回につき2000円)

助成は
どちらの
ワクチンも
利用できるよ

今年から、鼻から吸うタイプの「経鼻弱毒性生ワクチン」(2～19歳対象)が 始まりました。不活化ワクチン(皮下注射)も、今まで通り行っています。それぞれのワクチンの違いについては、以下の表をご覧ください。希望するワクチン接種に関しては、取り扱い病院・クリニックへの予約時にご確認ください。

	不活化ワクチン	経鼻弱毒性生ワクチン
年齢	6か月以上	2歳以上19歳未満
用法	皮下注射	鼻腔内に噴霧 鼻に噴霧するタイプのワクチンのため、 注射のような痛みはありません。
接種回数	1シーズン間隔あけ2回接種が望ましい 免疫をつけるために複数回ワクチン接種する 予防効果があがります。	1シーズン1回 生きたウイルスで免疫を作るため、予防効果が高く、 また効果が長く持続すると言われています。

インフルエンザと診断された時は、保育所に「意見書(医師が記入)」の提出が必要となります。診断された時に、医師にご相談ください。

11月の保健行事

11月は歯科健診があります。春に健診していない人はぜひ受けましょう

5日(火) 身体計測:乳児クラス

6日(水) 9:30～ 歯科健診

7日(木) 身体計測:幼児クラス

14日(木) 9:30～ 0歳児健診

28日(木) 9:30～ 0歳児健診