

保健だより



平成 30 年 5 月号 (第 407 号)
発行 那覇市こどもみらい課 ☎ 098-861-6903

さわやかな 5 月になりました。子どもたちも新しい環境に慣れ、少しずつ自分のペースで楽しめるようになってきた頃だと思います。一方、体や心に疲れが出てけがをしたり体調をくずしやすい時期でもあります。連休で楽しく過ごしたあと心身ともにちょっと不安定になることもあります。初めて集団生活に入ったお子さんは特に家でゆっくり過ごしてくださいね。

平成 30 年度「児童福祉週間」標語

『あと一步 力になるよ その思い』 伊藤 里空乃さん(8 歳) 千葉県

※県内で 3 月下旬から麻疹患者の発生が続いており、保健所では感染拡大防止のため調査や予防接種の勧奨等を行っています。県外での感染報告もあり、まだしばらく流行が続くと思われるとのことです。感染防止のために皆で気をつけましょう。

子どもたちが集団生活をする中で感染症は極力避けたい病気です。それぞれの感染経路や効果的な予防法を知ること子どもたちを感染症から守りましょう。

知っておこう！感染経路と予防法

接触感染

(発症者に接触することで感染)
手足口病、とびひ、ヘルパンギーナ、
感染性胃腸炎(おう吐下痢症)など

手洗いで高い予防効果



飛沫感染

(くしゃみやせきなどで飛び散った液から感染)
咽頭結膜炎(プール熱)、インフルエンザ
りんご病、おたふくかぜ など

手洗いやマスクで高い予防効果

空気感染

(くしゃみ、せきなどで飛び出したウイルス
が、空気中に浮遊して感染)
はしか、水ぼうそう、結核 など

予防接種および**感染者に近づかない**ことで予防



子どもの感染症の主な症状は、発熱、発疹、おう吐や下痢などの消化器疾患、せきや鼻水などの呼吸器疾患と、通常見慣れたものばかりです。乳幼児期には、ある程度の感染症にかかって、自分で治癒していく過程を経なければならないものがたくさんありますが、感染させたくない病気(ワクチンで予防可能)、拡大させたくない病気もありますので、集団生活の場では予防接種も不可欠です。

普段からお子さんの平熱を知っておくことは大切です。

体温は、動いた後や食事の後、また気温によって一日の中で変動します。測定はわきの下や耳で測定するのが一般的で、正確に測定するには、運動後や食後を避け測定中は体温計の位置を変えないようにしましょう。耳で測る体温計の場合は、わきの下での測定より 0.5~1℃高めに測定されます。耳垢が溜まっていると正確に測定することができないので気をつけましょう。

一日の生活条件(起きた時、食前後、泣いた時など)に合わせて体温を記録しておくことで体温の変化があった時にわかりやすいです。

乳幼児健診の予定(5月) ※健診会場が那覇市保健所になりました。ご注意ください。

***お遠い合わせ先 那覇市地域保健課 ☎098-853-7962**

◇乳児健診【対象:満6か月未満児、1歳未満児】・・・5/6(日)・13(日)・20(日)・27(日)

◇1歳6か月児健診【対象:1歳8か月頃の児】・・・5/10(木)・17(木)・30(水)

◇3歳児健診【対象:3歳6か月頃の児】・・・5/8(火)・15(火)・22(火)・29(火) (3歳児健診は目と耳の事前検査を忘れずに! 健診当日の順番が後回しになりますよ。)