



ほけんだより

11月号

2025年11月 5日
大津あいあい保育園

風邪やインフルエンザ、胃腸風邪など、体調を崩しやすくなる時期がやってきました。本格的な冬に向けて、感染症に負けないじょうぶな身体をつくりましょう。今年はすでにインフルエンザが流行期に入っています。この冬も引き続き手洗いの徹底や、規則正しい生活を送るよう心掛け、予防していきましょう。

インフルエンザ にご注意ください！



今年はすでに県内でも流行期に入っており、大津市や地域でも増えてきている様子です。感染した場合は登園停止期間が定められていますので、お伝えします。

発症した後5日を経過し、かつ、解熱した後2日（幼児にあっては3日）を経過するまで
◆症状が出始めた日が発症日となり、発症した日と解熱した日は0日目でカウントします。

	発症当日 0日目	1日目	2日目	3日目	4日目	5日目	6日目	7日目	8日目
発症後 1日目に熱が 下がる	登園✕ 	登園✕ 解熱後 0日目	登園✕ 解熱後 1日目	登園✕ 解熱後 2日目	登園✕ 解熱後 3日目	登園✕ 発症後5日 以内なので✕	登園○ 		
発症後 4日目に熱が 下がる	登園✕ 	登園✕ 	登園✕ 	登園✕ 	登園✕ 解熱後 0日目	登園✕ 解熱後 1日目	登園✕ 解熱後 2日目	登園✕ 解熱後 3日目	登園○

インフルエンザの予防接種あれこれ



風邪よりも症状が重く、感染力も強いインフルエンザ。乳幼児がかかると肺炎やインフルエンザ脳症を引き起こすことがあります。予防接種を受けておくと、万が一かかっても軽症ですんだり、合併症を防ぐ効果が期待されます。

◆接種するとかからない？

◇必ず感染を防げることはありませんが、肺炎や脳症などの合併症や重症化を防ぐことは期待できます。

◆どのくらい予防接種

効果が続くの？

◇接種後、効果が表れるまでに約2週間かかり、その後半年くらい効果が続きます。

◆インフルエンザ脳症って？

◇発症から早い時期に、けいれんや意識障害を起こす、急に怒る、怯える、うわごとを言うなど、普段とは違う様子が見られる。みられればすぐに受診しましょう。

◆接種の方法は？

◇生後6ヶ月から受けることができます。13歳以上は1回接種、以下は2回接種が必要。1回目接種後、2～4週間空けて2回目を接種します。

◆いつ頃受けた方がよい？

◇患者数が増えるのは1月～2月ですが、流行するのは12月頃からです。それまでに免疫をつけておこうと思うと、1回目を10月後半に受けるのがよいでしょう。



今月の
身体計測

11月12日（水）湖・めだか・ほたる
14日（金）かもめ・宙・さくら



宙組視力聴力検査



11月25日（月）、26日（水）