

# くれよんだより

涼しい風が吹き、過ごしやすい季節となってきましたね。

日も短くなり、まだまだ遊び足りない！という子どもたちも多いのではないのでしょうか。

昼夜の気温差が大きい季節でもあるので、よく食べ、よく遊び、丈夫な身体を作り、この季節ならではの自然や味覚にたくさん触れて楽しい秋を過ごしましょう♪



## インフルエンザ予防接種

### \*接種時期と接種回数

6カ月～13歳未満は、2回接種し、およそ**2～4週間**あけて2回目を接種します。13歳以上は通常1回接種です。インフルエンザの予防効果が期待できるのは、接種が終わってから 2 週後から 5 カ月程度と考えられています。新型コロナウイルスワクチンを含め、すべてのワクチンとの同時接種が可能です。

### \*ワクチンの効果

国内の報告では、お子さんにワクチンを接種することで A 型の約**60%**、B 型の約**40%**を予防でき、またお子さんの入院を、A 型で約 50%、B 型で約 30%減らすとされています(日本小児科学会)。

### \*ワクチンの副反応

比較的多くみられる副反応には、10～20%の方に接種した場所の**赤み・腫れ・痛み**などが起こります。全身性の副反応としては、5～10%の方に**発熱・頭痛・寒気・だるさ**などがみられます。まれですが、アナフィラキシーがみられることもあります。

## インフルエンザについて

- 感染経路** 主に「飛沫感染」と「接触感染」
- 症状** ・38℃以上の発熱 ・悪寒 ・倦怠感 ・関節痛 ・筋肉痛 ・咳 ・喉の痛み ・鼻水 ・腹痛 ・嘔吐下痢
- 感染してしまったら** 自宅で安静にすることが大切です。消化の良い食事と水分補給をこまめに行い、睡眠を十分にとりましょう。室温は、20～25℃ 湿度は、50～60%程度。早期に診断を受けることで抗インフルエンザ等の効果が期待できます。(発症後 48 時間を経過すると無効とされています。)
- 出席停止期間** 発症後 5 日を経過し、かつ解熱した後 2 日(乳幼児は 3 日)を経過するまで。

手洗いうがいをしっかり行い、元気な身体で楽しい秋を過ごしましょう♪

## 秋のおすすめ絵本

### どうぞのいす



見知らぬ誰かのためにうさぎさんが作った“どうぞのいす”。ロバさんがその椅子に栗を置いたところから思いやりの連鎖が起るおはなし。相手を思いやる優しい気持ちが描かれていて、心がほっこりする一冊です。

### だれだれ？ハロウィン

ハロウィンの日、ふうちゃんのおうちに仮装したお友達が次々にやってきてみんなでパーティー！ところが思いがけないお客さんが…！？  
誰が来るのかあてっこするのも楽しいえほんです♪



## 新しい保育スタッフが増えました

新しい保育スタッフの城戸、中島です。

子どもたちが安心して過ごせるようがんばります。

よろしくお願いします！

\*お問い合わせはこちらまで\*  
病児保育室くれよん  
電話 0893-57-9377  
ホームページ

<https://okubo-kc.jp/childcare/>

