



ほけんだより 11月号

令和7年10月31日

池上わかばこども園

朝夕の冷え込みに、秋の深まりを感じる季節になりました。子どもたちは元気いっぱい遊びながらも、少しずつ冬の足音を感じているようです。

気温の変化が大きく、体調を崩しやすい時期です。衣服の調節や手洗い・うがいなど、毎日の健康管理を大切にしていきましょう。



らいおん組の保護者の方へ

年長児(5～6歳)のみなさんは、MR ワクチンの第二期(追加接種)の対象となっています。

MR ワクチンは、麻疹(はしか)と風疹を予防するための大切な予防接種です。

MR の第二期は**小学校就学前の1年間**(年長児の4月1日～翌年3月31日まで)が公費で受けられる期間です。この期間を過ぎると自己負担(任意接種)となってしまうため、まだ接種を済ませていないご家庭は、早めにかかりつけ医へご相談ください。

インフルエンザについて

急激に40度前後の高熱が出て、悪寒や頭痛、のどの痛み、せき、鼻水、筋肉や関節の痛みなどの症状が現れます。吐き気、下痢などの症状が現れることもあります。感染力がとても強く、普通のかぜよりも症状が重いのが特徴です。

おうちでできる予防のポイント

- ・手洗い・うがいをしっかりと！
帰って来たら、まず手を洗いましょう。
- ・よく食べて、よく寝ましょう！
しっかり休むことで体の元気を保ちます。
- ・室内の空気をきれいに！
こまめに換気し、加湿器などで乾燥を防ぎましょう。
- ・予防接種を受けましょう！
流行の前にワクチンを受けておくと重い症状を防ぐことができます。



内科検診のお知らせ

お子さまの健康状態を確認するため、下記の通り内科検診を実施いたします。

特に気になることがある場合は、事前に担任までお知らせください。

できるだけお休みのないようお願いします。

実施日:11月6日(全児)

担当医:植田医院 植田先生

もしインフルエンザにかかったら？

- ・熱が出たら、早めに病院を受診しましょう。
(検査の適切なタイミングは発症後12～48時間以内です)
- ・インフルエンザと診断されたら園にもご連絡をお願いします。

登園の目安

発症後5日を経過し、かつ解熱後3日を経過したあとから登園可能です。

登園許可証の提出は不要です。

