

# すくすく虎より

2012年4月号



皆さん、ご入園・ご進級おめでとうございます。いよいよ新しい一年が始まります。これからワクワクすることがいっぱい♪楽しい生活が始まります。

しかしその反面、新しいお友達や先生、環境に慣れるまでしばらくは不安と緊張が続き、心身ともに疲れやすい時期でもあります。まずは、睡眠や栄養を十分にとり、生活のリズムを整えるようにしていきましょうね。

今月は、乳幼児のかかりやすい代表的な感染症とお休みの目安についてです。これから始まる園生活、様々な感染症が流行します。抵抗力の弱いお子さんは、感染症も重症・長期化しやすくなりますので、参考にしてくださいね。



## かかりやすい感染症と登園目安



病名	潜伏期・感染経路	症状	お休みの目安
インフルエンザ	1~3日 飛沫・接触	寒気を伴う突然の高熱、頭痛、筋肉痛、全身のだるさ。悪化すると咳、のどの痛み、嘔吐、下痢がみられる。	発症後5日を経過し、かつ解熱後3日を経過するまで
水痘 (水ぼうそう)	10~21日 飛沫・接触	ポツポツと赤い発疹が全身に現れ、発疹が水泡になり、3~4日で全身に広がる。水泡は、はじめは透明で次第に白っぽく濁り、1~2日過ぎると乾いたかさぶたになる。	すべての発疹がかさぶたになるまで
流行性耳下腺炎 (おたふくかぜ)	14~24日 飛沫・接触	片側又は両側の耳の下にはれと痛みが現れる。「耳が痛い」「ものを食べると痛い」と訴えた時は注意。熱が出ることも多い。	耳下腺の腫れがなくなるまで
麻疹 (はしか)	10~12日 空気・飛沫・接触	熱、咳、鼻水、くしゃみ、目やに、口の中の白い粟粒状の斑点(コプリック斑)がみられ、熱は一旦下がり、再び発熱する。顔・首・胸のあたりに2~5mmの鮮やかな赤い発疹が現れ、後半は、かなり強い咳が出て、発疹がつながっていく。	解熱後3日を経過するまで
風疹 (三日ばしか)	14~21日 飛沫	発疹は、麻疹(はしか)よりもやや細かいピンク色で、顔や首、全身に広がる。「首のリンパ節が腫れ、触れるとグリグリができる」・「白目が赤くなる」のが特徴である。	発疹が消えるまで
手足口病	3~5日 飛沫・経口・接触	手のひらや足の裏、口の中に小さな水疱や赤い発疹ができ、破れてただれた状態になると痛みが出て、食事がとれないこともある。夏に流行する。	熱があり、普段の食事がとれない間
プール熱 (咽頭結膜熱)	5~7日 飛沫・接触	39℃以上の発熱とのどの痛みがあり、結膜炎(目のかゆみ・痛み・充血など)のような症状が出るのが特徴。腹痛や下痢、嘔吐、リンパ節のはれ、発疹が見られることもある。	発熱、のどの痛み、結膜炎が消えた後2日を経過するまで
ヘルパンギーナ	2~4日 飛沫・接触・経口	夏かぜの一種で、突然の発熱、のどに水疱ができ、ときには頭痛、腹痛もみられる。のどに水疱がただれた状態になると痛みが出て、食事がとれないこともある。	熱があり、普段の食事が摂れない間
感染性胃腸炎	1~3日 経口・飛沫	原因となる細菌やウイルスによって違うが、激しい嘔吐が突然現れ、発熱や下痢、腹痛が続く。ロタウイルスによる乳幼児嘔吐下痢症では白色便となることが多い。	医師の指示に従う 症状が消えるまで



### 4月の健診日程のお知らせ

- 4か月児健診 (受付 9:00~10:30)  
毎週火曜日: 3、10、17、24日
- 1歳6か月児健診 (受付 12:50~14:00)  
毎週水曜日: 4、11、18、25日
- 3歳児健診 (受付 12:50~14:00)  
毎週木曜日: 5、12、19、26日

【場所】 保健所・保健センター  
(中野町字中原「ほいっぷ」内)  
【問合せ先】 ☎39-9153

対象者の方には、ご自宅へ健診日の1か月前に健診票を郵送します。ご案内の日時に健診を受けてください。

#### 林のつばき・・・

はじめまして、こんにちは。保育課で保健師をしている林と言います。また新しい1年が始まりましたね。早いもので、私も保育課に異動し、1年が経ちました。ドキドキしながら去年の4月にここに来たことを思い出します。4月には不安もあるけれど、楽しみもたくさん！

ただ、拜禮はせず、まずはGWまで、お父さんお母さん、お子さんとお子さんと元気に過ごせたらいいですね。

### 任意予防接種の全額公費助成について

ヒブワクチン・肺炎球菌ワクチンの  
予防接種費用がひきつづき助成されます

#### 【方法】

接種希望の方は、実施医療機関に直接お問い合わせ・予約の上、接種してください。(窓口負担なし)

- ※指定された医療機関以外での接種は自己負担になります。必ず医療機関にお問合わせください。
- ※任意の予防接種のため、通知書(接種券)は発行しません。

- 助成期間: 平成25年3月31日まで
- 対象者: 接種日に豊橋市に住居登録がある方
- 対象年齢: 生後2か月~5歳未満
- 接種回数: 1~4回  
※接種回数やスケジュールは、医療機関の先生に相談してください。
- 持ち物: 母子健康手帳・子ども医療費受給者証など

ヒブ・肺炎球菌は小さいお子様に重篤な病気を引き起こす菌の一種です。予防接種をすることで髄膜炎などの重症化を防ぐことができます。

【問い合わせ先】 健康政策課 電話 39-9109