

涼しい風も心地よく、過ごしやすい季節となりました。日によっては肌寒いこともありますので、体調管理には気をつけていきましょう。

旬の食材は他の季節と比べて栄養価が高いと言われています。秋の食材を食生活に取り込んで、季節ならではの味覚を楽しみたいですね。



## 秋のアレルギーにご注意を！



イネ、ブタクサ、秋の草花や花などがアレルギーの原因になる場合があります。子どもは大人よりアレルゲンの影響を受けやすいと言われてしますので、公園で遊んだり、お散歩に行ったら蕁麻疹が出た、目が痒くなった、咳や鼻水が止まらなくなった等がある場合は、アレルギーの可能性もあるかも知れません。



## 病児保育の日々

8月～9月25日迄に利用して頂いたお友達は13名です。主に感冒・ヘルパンギーナでのご利用でした。

発熱時はぐったりしているお友達もクーリングやお薬を飲んで安静に過ごし、熱が下がるとまた元気にお話をしてくれたり、絵本や玩具、お絵描きをしたりと体調に合わせた過ごし方をしております。



NPO法人オープンハウスこんぺいとう

病児室 (TEL 29-2301 / 受付 8時30分～17時)



## 秋に流行しやすい子どもの病気！（感染が増え始める時期です）

秋は気温が下がるとともに湿度も下がるので乾燥し、ウイルスが活発に活動しやすくなります。

**【RSウイルス感染症】** RSウイルスによって引き起こされる呼吸器の病気。

症状自体は、風邪のような軽いものですが、乳児の感染は重症化の危険性もあるので、気をつける必要があります。

**主な症状：**発熱、鼻水や咳など／**潜伏期間：**4～6日

**感染経路：**飛沫感染、接触感染／**予防策：**マスク、手洗い、うがい等

**【溶血性連鎖球菌感染症（溶連菌感染症）】** 溶連菌という細菌がのどや皮膚に

感染する病気。のどの痛みや発熱といった症状が見られる感染性の病気です。

**主な症状：**38℃～39℃の高熱、のどの痛み、扁桃腺の腫れ、手足の発疹

**潜伏期間：**2～5日／**感染経路：**主に飛沫感染、接触感染／**予防策：**手洗い

**【ノロウイルス感染症】** ノロウイルスは、急性胃腸炎を引き起こすウイルスの1つ。

**主な症状：**嘔吐、下痢、腹痛、発熱／**潜伏期間：**24～48時間

**感染経路：**食品からの感染（感染した人が治癒せずに調理をして汚染された食品、ウイルスの蓄積した、加熱不十分な二枚貝など）、人からの感染（感染者の糞便や嘔吐物からの二次感染、飛沫感染）／**予防策：**流水・石鹸による手洗い

**※ 睡眠や食事をしっかりと、体調を整えて免疫力を高めましょう！**

～ インフルエンザ異例の急増！7都県で「注意報」レベルに～

厚生労働省は9/22、全国約5千の定点医療機関から9/11～17日の1週間に報告されたインフルエンザの新規感染者数が、1医療機関当たり7.03人だったと発表。昨年同時期は0.02人でした。例年、冬に流行する季節性インフルエンザ、9月で流行する異例の状況となっています。換気や手洗い、室内の湿度を50～60%程度に保つ等、対策を行っていきましょう！

**インフルエンザ予防接種、  
早めに計画を立て接種をしましょう！**

