

ほけんだより 2月号



2月2日は節分です。子ども達の「鬼は外！福は内！」と元気な豆まきの声が聞こえてきます。子ども達の中にいるウィルスや細菌が全て体の外に出ていきますように。そして成長と共に子ども達が丈夫で健康な体になるよう祈っています。

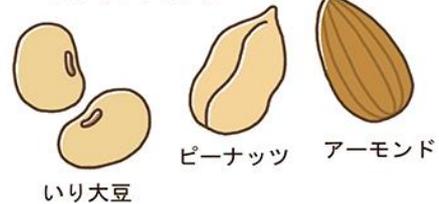
豆まき、ちょっと工夫しましょう

節分の豆まきは楽しい行事ですが、いり豆は窒息の原因となりやすい食べ物です。のどにつまらせたり、くだけた豆が気管に入り、誤嚥^{ごえん}を生じることがあります。3歳ごろまでは食べさせないようにしましょう。

くだいた豆も危険です。また、家の中にまいた豆を拾って口に入れないように注意しましょう。

こんなものにも要注意！

いり大豆やナッツ類も3歳までは食べさせないように。



豆を食べるときは……

● 落ち着いて食べる

きちんと座らせ、大人が見守るところで食べさせましょう。



● 水分をいっしょにとる

のどをうるおして、飲み込みやすくします。

マスクット組で
未接種のお子さんは…

MR 追加接種を お願いします！

MR ワクチンって？

麻疹 (= Measles はしか) と風疹 (= Rubella) の混合ワクチンです。

副反応は？

注射した部分が赤くなったり、接種から約1週間後に発熱や発しんが5人に1人見られますが、1~2日で治まりますので心配ありません。



今年度内に6歳になる年長児は、MR (麻疹・風疹混合) ワクチンの2期追加接種の時期に当たります。MRワクチンは、生後12~24か月の間に1回目、5~7歳の間に2回目の定期接種が行われます。就学前に、かかりつけの医療機関で接種 (無料) を受けるようにしてください。

麻疹って？

麻疹はとても感染力が強く、免疫をもたない人が感染すると、ほぼ100%発症します。発症すると、肺炎や脳炎、亜急性硬化性全脳炎 (SSPE) という重い合併症を引き起こすことがあり、後遺症を残し、命にかかわる場合もあります。

風疹って？

「3日はしか」とも言われ、子どもの場合は数日で治ってしまう比較的軽い病気ですが、大人は重症化することがあります。また、妊婦が感染すると「先天性風疹症候群」という胎児の奇形を引き起こすリスクがあるため、感染拡大を防ぐためにも、予防接種が重要です。