

すこやかだより

2025年10月 第28号

こんにちは。守谷市病児・病後児保育事業【すこやかルーム】です。
夏の暑さもおさまり、秋らしい季節になってきましたね。とはいえ、季節の変わり目で体調を崩しやすい時期でもあります。手洗い・うがいや衣服の調整などをして、元気に過ごしましょう。これからの寒くなるシーズンはインフルエンザや胃腸炎などが流行しやすくなります。今回はインフルエンザについてお伝えさせていただきます。

インフルエンザかも？と思ったら……

急に高い熱が出て、ぐったりして元気がないときは、普通の風邪ではなく、インフルエンザかもしれません。インフルエンザは感染力が強く、子どもたちの間で流行しやすいため、登園できない期間（登園停止期間）と登園を再開できる目安が決まっています。

1 受診しましょう

39度を超えるような高い熱、頭痛、関節や筋肉の痛みなどが出ます。鼻の奥の粘膜を取って調べる検査が一般的ですが、発症直後では正しい結果が出ないことがあります。お医者さんには、「いつからどんな症状が出たか」「身近に、同じ症状の人がいないか」なども、詳しく伝えましょう。

園へのご連絡をお願いします

インフルエンザと診断を受けたときや、医師からもう一度受診するように指示があったときなどは、園にもご連絡ください。



2 しっかり治しましょう

インフルエンザの薬（タミフルなど）は、ウイルスが増えるのを防ぎますが、ウイルスをやっつけることはできません。症状が治まり、元気になるまでしっかり休みましょう。

登園再開の目安が決まっています

インフルエンザにかかったら、登園再開には
・熱が出て（発症）から5日たっている
・熱が下がって（解熱）から3日たっている

※小学生以上では、熱が下がって（解熱）から2日たっているこの両方を満たしていることが必要です。

診断がついた翌日に熱が下がっても、「発症から5日」の目安を満たすまで登園できません。また、登園再開には、医師による「登園許可」の診断が必要です。登園前に、もう一度診察を受けてください。

		翌日から数えます					
Aくんの場合	発症	1 日	2 日	3 日	4 日	5 日	登園
		解熱	1 日	2 日	3 日		

翌日から数えます

いったん熱が下がっても、また上がることがあるため、1日は様子を見ます。

いったん熱が下がっても、また上がることがあるため、1日は様子を見ます。

発症からの日数と、解熱からの日数がそろわない場合は、両方の基準を満たすまで、ゆっくり体を休ませましょう。

インフルエンザの予防接種が始まりました

2回の接種が必要

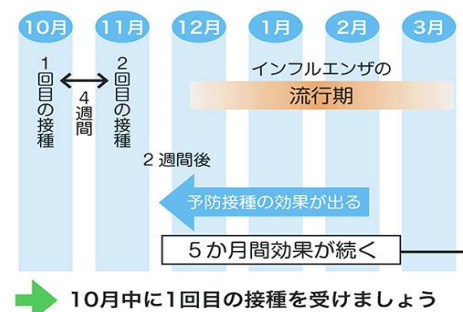
小さな子どもは免疫がつきにくいので、2回の接種が必要です。効果を十分に上げるためには、1回目の接種と2回目の接種の間は4週間あけるとよいと言われています。

効果が十分に出るのは2回目接種から約2週間

乳幼児は有効な免疫ができるのに2回目接種から2週間かかります。

効果は約5か月間持続する

インフルエンザの予防接種の効果は、約5か月。10月から接種すれば、流行の始まりからしっかりカバーできます。



7~9月度 利用実績

- ・上気道炎・急性胃腸炎・ヘルパンギーナ
- 「高熱が出てそのあと咳鼻症状が続いてしまう。」
- 「昼間は熱がないのに、夜になると熱が上がってしまう」というような症状のお子さんがみられました。
- ・症状があっても比較的元気に遊べるお子さんがいらっしゃいました。
- ※お熱が急に高くなってしまった、朝お預かりした時よりもぐったりしている時などは早めのお迎えをお願いしています。

すこやかルーム(守谷市病児・病後児保育事業)

当施設では病気の回復期または回復期ではないが病状が安定している状態のお子さんについて、保護者のお仕事の都合などの理由で家庭で保育することができず、保育所や幼稚園での集団保育も難しいときにお預かりしています。

◇場所：守谷市松前台一丁目16番地6(運営主体：社会医療法人社団光仁会 総合守谷第一病院)

◇電話：0297-45-2194(対応可能時間は開設終了の1時間前まで)

◇開設日時：月～金 午前8時から午後6時
土 午前8時から午後1時

◇定員：1日につき3人まで

利用登録

利用予約



10月より予約の流れが変更になりました

【利用登録】市ホームページの利用登録フォーム

【予約】市ホームページの予約フォームまたはすこやかルームに電話

※不明な場合はすこやかルームまたは守谷市役所すくすく保育課へお問い合わせください。

