



*実施日の2日前・前日・当日のいずれかに発熱・発疹・目の充血・下痢などの症状がある人は、健診や教室の参加を自粛してください

| 事業 | 対象 | 北 部 (大和地域、大巻・城内・五十沢地区) 健友館 (大和病院となり) | | 南 部 (六日町地区、塩沢地域) 塩沢保健センター | |
|-----------------------|---------|--|-------------|---------------------------------|-------------|
| | | 日にち | 受付時間 | 日にち | 受付時間 |
| 4か月児健診 | 30年8月生 | 12月21日(金) | 13:00～13:10 | 12月20日(木) | 13:00～13:10 |
| 10か月児健診 | 30年2月生 | 生後10か月になったら、受診票を使って医療機関で受けましょう。BCG接種期限まであと2か月です。 | | | |
| 1歳児歯科健診 フッ化物塗布 | 29年11月生 | 1月に実施 ※今年度の北部1歳児歯科健診は、奇数月のみの開催 | | 12月18日(火) | 13:00～13:10 |
| 1歳半児健診・歯科健診 フッ化物塗布 | 29年5月生 | 12月14日(金) | 13:00～13:10 | 12月7日(金) | 13:00～13:10 |
| 2歳児歯科健診 フッ化物塗布 | 28年11月生 | 12月6日(木) | 9:00～9:10 | 12月12日(水) | 13:00～13:10 |
| 2歳半児歯科健診 フッ化物塗布 | 28年5月生 | 12月4日(火) | 9:00～9:10 | 12月5日(水) | 13:00～13:10 |
| 3歳児健診・歯科健診 フッ化物塗布 | 27年11月生 | 12月13日(木) | 13:00～13:10 | 12月26日(水) | 13:00～13:10 |

| 講座・教室名 | 対象 | 日にち | 受付時間 | 会場 | 申込み |
|--------------------|--------------|-----------|-----------|--------------------------|------------------|
| 育児力アップ講座 (育児学級) | 30年6月・30年7月生 | 12月10日(月) | 9:45～ | 子育て支援センター 子育ての駅「ほのぼの」 | 不要 |
| もぐもぐ教室 (離乳食教室) | 30年5月生 | 12月25日(火) | 9:30～9:45 | | 事前に保健課にお申し込みください |

●持ち物は、乳幼児健診カレンダーをご覧ください。



にこにこ子育て 冬に増える感染症にご注意ください

インフルエンザ

感染力が強く、38℃以上の急激な発熱、頭痛、喉の痛み、せき、鼻水、筋肉や関節の痛みといった症状が出ます。風邪と比べて症状が重く、高熱が続きます。湯冷ましなどで少量ずつこまめに水分を補給して、脱水症状を防ぎましょう。

RSウイルス

乳幼児に代表的な呼吸器感染症です。発熱、鼻水、せきなどの症状で始まり、呼吸時にゼーゼーといった音が出ます。1歳までに約半数、2～3歳までにほぼすべての子どもが経験するといわれています。年齢が低いほど気管支炎や肺炎など重症化しやすく、注意が必要です。

感染性胃腸炎

冬はノロウイルス、ロタウイルスが代表的です。激しいおう吐、下痢の症状が突然現れ、発熱することもあります。ロタウイルスに感染した場合は、便が白っぽくなります。激しい下痢が続くため、少量

ずつこまめに水分補給をして脱水症状を防ぎましょう。吐物の処理は、0.1%程度に希釈した次亜塩素酸ナトリウム（塩素系漂白剤）に浸したぞうきんで拭き取り、ビニール袋に入れて捨てましょう。

予防と重症化を防ぐポイント

- ①帰宅時などに、手洗い・うがいをしましょう。
- ②バランスのよい食事や十分な睡眠を心がけましょう。
- ③乾燥すると喉の粘膜の防衛機能が低下するため、こまめに水分補給をし、湿度を50～60%に保つと効果的です。
- ④流行時期は人混みへの外出は控え、外出時はマスクをすると効果的です。
- ⑤発症したと感じたら、早急に医療機関を受診しましょう。
- ⑥予防接種を受けましょう。主治医と相談し、ロタウイルスは生後6週以後に接種しましょう。
- ⑦流行情報に耳を傾けましょう。