



平成30年5月1日  
社会福祉法人からしだね  
足立区立青井保育園

看護師

新しい環境になって1ヶ月が過ぎ、そろそろ慣れてきたころでしょうか？ 今まで緊張していたぶん疲れが出てケガをしたり、体調を崩しやすくなったりと心配なころでもあります。つつい楽しい計画を立ててしまうゴールデンウィークですが、上手に利用して、ゆっくりと過ごす時間も一緒に計画しておきましょう。“早寝・早起き・朝ごはん”で規則正しい生活リズムも忘れずに！ よい連休を！

油断しないで！

こよみでは **夏** です



5月5日は夏が始まる日“立夏”です。汗ばむ日も増えて、いろいろと対策が必要になってきますね。

**\*衣類の調節** 朝晩と日中、また天気によって気温差が大きい  
・調節し易い服装で、下着は吸水性の良いものがよいでしょう。

**\*水分補給** 晴れた日の夏のような暑さ、汗をたくさんかきはじめる  
・少しづつこまめに水分補給、お茶や水がよいでしょう。

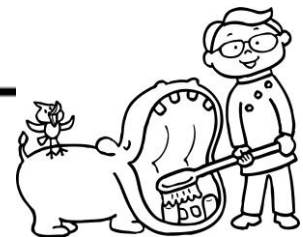
**\*虫刺され** 痒みは、刺されて注入された物質へのアレルギー反応  
掻き壊して、とびひになる原因にも…  
・肌の露出に注意し、ゴールデンウィークのレジャーを楽しむ時は  
上手な虫除け対策をしましょう。



平成30年度 **あだちっ子歯科健診**

**5月30日(水) 10:00~ 全園児対象です!**

当日受診できなかった時は、  
**足立区保育課が指定する歯科健診医で各自受診**  
していただくことになります。



**春季健康診断のお知らせ**  
**5月10日(木)**  
**(0・1・2歳)**

登園時間に遅れないよう、着脱しやすい服装で、  
ご協力お願いいたします。

# 麻疹(はしか)流行

国内外の移動が増えるゴールデンウィークを前に  
心配されています。

沖縄での麻疹(はしか)の流行が大きな問題となっています。

始まりは、台湾から沖縄にやってきた1人の外国人観光客。麻疹(はしか)に罹っている本人は、感染に気付かず観光していたため、次々と感染させてしまいました。

また、沖縄旅行後に発症した10代日本人男性も、埼玉県に帰宅、その後新幹線で名古屋まで移動、受診した医療機関職員が発症するなど、感染の連鎖が続いています。

日本は、麻疹(はしか)の“**排除状態**(注1)”と世界保健機構(WHO)から認定を受けています。(2015.3.27)  
しかし、日本が“**排除状態**”になっても、世界ではまだまだ患者が多いため日本では、海外から持ち込まれてくる輸入感染症となっています。

- **麻疹ウイルス**によって起こる急性の全身感染症
- 感染経路は、**空気感染・飛沫感染・接触感染**  
ヒトからヒトへ感染しその**感染力が非常に強い**のが特徴
- 潜伏期間は、10~12日
- 症状は、熱・充血・咳・鼻水などのカゼ症状で始まり、38℃以上の熱が数日続く  
(この時期が一番感染力が強い)  
一旦下がった熱がまた上がり、**発疹が耳の後ろあたりから体中**にあらわれる
- 治療は、**対症療法**、特効薬 = 抗ウイルス剤 はありません。
- 予防法は、**予防接種**！！

## 麻疹(はしか)は予防できる感染症です。

“**まずは罹らないこと!**” そのためには、予防接種で免疫をつけておくことが重要になります。みんなが**予防接種**することで、罹るヒトが少なくなったり、通常より軽い症状で終わることができます。平成18年6月から2回の定期接種になっていますが、それ以前で1回しか接種していない人や十分な免疫がつかない人、また妊娠中の人や持病があり接種できない人もいます。このような方々が感染した場合、感染の拡大、流行が起こってしまいます。流行を繰り返さないためにも、母子手帳などを確認して、予防接種をしているか確認してみてください。未接種の場合は、早めに主治医に相談してみましょう。

### (注1) 排除状態

① 国内に由来する麻疹ウイルスによる感染が、3年間確認されず、② 麻疹患者発生を監視し、麻疹排除の確認がとれる、③ ウィルス遺伝子解析で感染経路を確認している国を、排除国と認定している。