



メディキッズ新山口
2023.10.1 No.7

病児室に関するお問い合わせ
メディキッズ新山口（ハートクリニック新山口内）

〒754-0020
山口市小郡平成町 1-18
TEL 083-976-2450
FAX 083-976-8555



HPはこちらから

青藍会



秋は実りの秋です。さんま、きのこ、りんご、くりなどおいしい食材がたくさん出回ります。旬のものは栄養も豊富です。秋の味覚を味わいながら、風邪に負けない体を作りましょう。

インフルエンザ 予防接種 Q&A

かぜよりも症状が重く、感染力も強いインフルエンザ。0、1、2歳児がかかると、肺炎やインフルエンザ脳症を引き起こすことも。予防接種を受けておくと、万が一かかっても軽い症状で済むので安心です。

Q 去年インフルエンザの予防接種を受けたので、今年は受けなくてよい？

A 原因になるウイルスには、主にA型、B型、C型の3つがあり、年によって流行する型が違います。A型B型がよく流行しますが、毎年予防接種を受けることで、効果が期待できます。

Q 受けるとインフルエンザにかからないの？

A 必ず発病を防げるというものではありませんが、かかっても重症化したり、合併症を起こしたりするリスクを減らすことができます。

Q 予防接種の効果が続く期間は？

A 接種後、効果が現れるまでに約2週間かかり、その後半年くらいは持続します。

Q 接種の方法は？

A 生後6か月から受けられます。大人は1回接種、13歳以下の子どもは2回接種が必要。1回目の接種の後、2～4週間あけて2回目を接種します。ただし卵アレルギーがある子は、医師と相談しましょう。

Q いつごろ受けたほうがよいの？

A 最も患者数が増えるのは1月～2月ですが、流行は12月ごろから始まります。それまでに免疫をつけておきたいので、1回目は10月後半ごろ、2回目は2～4週間後に接種しましょう。

薄着の習慣は「秋」からスタート

肌寒くなってくると、つい子どもに厚着をさせたりしますが、子どもは意外と寒さに強いもの。冬に向けて抵抗力をつけ、丈夫な皮膚を作っていくためにも、今から薄着を心がけていきましょう。

薄着で過ごすコツ

- 寒いときは薄手の上着で調節する
- 肌着を着て保温する
- おなかと背中が出ないようにする



大人より「少し遅く」「1枚少なく」!

大人が「長そでを着よう」と思ったとき、子どもは長そでにするのを少し遅らせる。大人が重ね着するとき、子どもは1枚少なく着せる。こうすると、自然と薄着が習慣づけられます。

秋冬のスキンケア 3か条

秋冬の乾燥した空気は、デリケートな子どもの肌には大敵。放っておくと、かゆかゆ、かさかさになってしまいます。「こまめに、丁寧に」日常的なケアをしてあげてください。

① たっぶり保湿

保湿剤は、お風呂上がりには必ず塗りましょう。肌に湿り気があるうちに使うと、角質層に水分を閉じ込められるので効果的。

② 清潔を保つ

顔に汚れなどが付いていたらきれいにふいて。お風呂ではごしごしこすらず、せっけんを泡立てて優しく洗います。

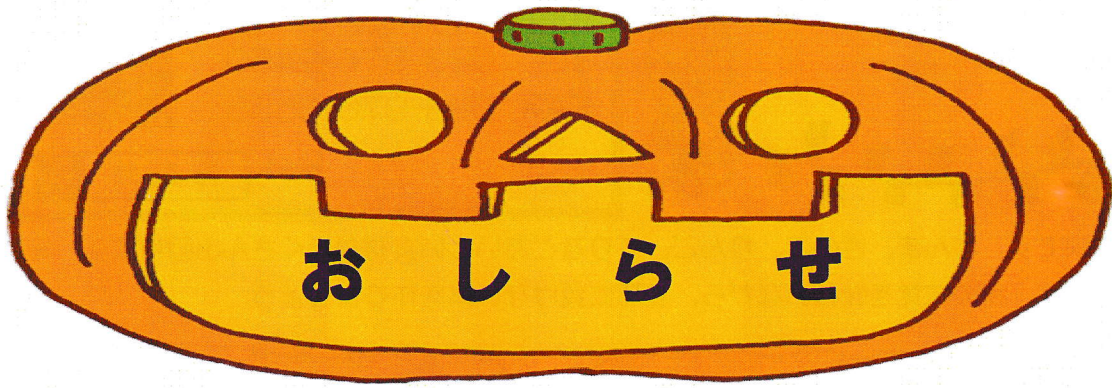
③ 刺激を少なくする

直接肌にふれる衣類は綿素材がお勧め。ポリエステルなどの合成繊維は静電気を起こしやすいため、皮膚を刺激してかゆみのもとに。



9月の主な疾患

インフルエンザ A 型
風邪

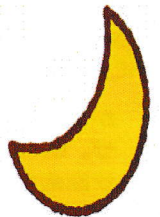


◆予約の電話について◆

8月より、電話の受付時間を

8:00-18:00に変更させていただきます。

ご不便おかけ致しますが、ご協力よろしくお願いいたします。



キャンセルご連絡について

病児保育利用をキャンセルされる場合、利用当日の朝7時半までに

ご連絡をお願いいたします。また、18時~8時まで

留守番電話対応になっておりますので、そちらに伝言を残すことが

できます（留守電にはゆっくりハッキリとお話いただくと助かります。）

一人でも多くの方にご利用して頂けるよう重ねてご協力お願いいたします



Tel 083-976-2450

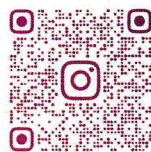
◆お友だち登録お願いいたします◆

メディキッズ新山口では [Instagram](#)・[LINE](#)・[Facebook](#) で
子どもたちの様子やメディキッズ新山口からのお知らせなどを
定期的に配信しています。是非、お友だち登録をお願いします。

QRコードの読み取りが難しい場合は
《メディキッズ新山口》で検索してください♪



Instagram



LINE



Facebook

