



ほけんだより

2021年度 No.10

聖星保育園

あけましておめでとうございます

新しい年を迎えました。年末年始はどのようにお過ごしになりましたか？
今年も、みなさんにとって、健康で豊かな笑顔のあふれる1年になりますように。
本年もどうぞ宜しくお願いいたします。



【12月の感染症状況 11/30～12/24 現在】 感染症は、ウイルス性胃腸炎が1名(幼児)ありました。

手足口病も落ち着き、インフルエンザの報告もなく新年を迎えられました。

感染症に気を付けて、これからの1年を元気に過ごしていきたいですね。

やけど

家の中にはやけどを起こす原因がたくさんあります。

やけどの程度は、その広さ、深さ、場所によって決まります。

やけどをした部分が「広い」ほど、「深い」ほど危険です。

【手当】

- 急いで冷たい水、水道水を注いで痛みが取れるまで(最低20～30分以上)しっかり冷やします。
(受診までは保冷剤などで冷やしながらか)
- 衣類は無理に脱がさず、そのままの状態ですぐ冷やします。
- 水ぶくれはつぶさないで、消毒した布か洗濯した布で覆い、その上から冷やします。

※熱傷範囲が広い場合、全体を冷やし続けることは、体温をひどく下げる危険性があるので、低体温に注意します。

※軟膏、油、消毒薬などはぬりません(ぬると感染を起こしたり、医師の診療の妨げになります)。

※広範囲の熱傷や顔・手など熱傷の部位によっては特殊な治療が必要となり、そのような場合は119番通報し、専門の医療が可能な医療機関へ搬送する必要があります。

【予防策として】

- 食卓などの台にテーブルクロスは使用しない
- 食卓の上の熱いものは子どもの手の届かない所に置く
- 炊飯器、ポットなどは子どもの手の届かない所に配置する
- 大人が抱っこして食事をしたり、お茶などを飲まない
- ストーブ類は柵を設けて手に触れたりしないようにする
- 風呂場にこどもだけを残さない など
- アイロンを使用するときは子どもを近づけない
- レンジや油を使用している時は台所に入れない



便秘について

乳幼児の場合、1週間に2回以下の排便が1か月以上続くと慢性機能性便秘症と定義され、治療が必要です。

また、毎日排便があっても、硬い便が少量ずつしか出ない場合や肛門から出血するなど苦痛を伴う場合も治療が必要な便秘と定義されていますので受診をお勧めします。

(薬物療法) ①刺激性下剤(グリセリン浣腸、座薬など)

最初に行う治療です。直腸にたまっている便を全部除去へ。直腸にある便は放置するとさらに硬くなり、出すのがより困難になって子どもの苦痛も続きます。放置すると、子どもは嘔吐、食欲不振、不機嫌になることもあります。

②浸透圧性下剤 腸内に水分を引きだして便を軟化させ腸の動きを活性化させる薬剤です。

(予防) 1) 日常生活

一時的な便秘の場合は食物繊維や水分を多めにとるなど食事内容や、適度な運動で腸の動きをよくして改善を心がけましょう。

2) 便秘の早期発見・早期治療

乳児なら、排便時にいきんでいたり泣いたりしているが便の出ない状態、幼児では机の下に隠れての排便や立位で足をクロスにさせての排便など、大人が子どもの様子に気を配り、治療に繋げることが早期解消につながります。



新型コロナウイルス ワクチンNEWS No.7

~横浜市健康福祉局健康安全課 R3年12/1発行 R3年11/26日時点の情報をもとに作成 より抜粋



3回目のワクチン接種について

【接種対象者は】 2回目接種完了から原則8か月以上経過した、18歳以上の方

【個別通知（接種券等）の発送時期は】 2回目接種完了から原則8か月以上経過した方から順次発送

【接種を受けるためには】 1、2回目の接種の時と同様に、事前に予約を取っていただく必要があります。

- 接種券が届いた方から予約ができます。
- 予約は1、2回目と同様に、①市または②医療機関で予約受付を行い、市での予約受付は、市の予約専用ウェブサイトと予約センター（電話）の2つの方法になります。
- 詳細は、個別通知に同封する「接種案内チラシ」でご案内するとともに、広報よこはま、市ウェブサイトでもお知らせします。
- 予約枠を採りやすくするため、いつでも簡単に接種場所と医療機関の空き情報をウェブ検索できるようにします。

【3回目接種の疑問にお答えします】

Q 3回目接種には、どのような効果がありますか。

A 3回目接種を行わなかった場合と比較して、感染予防効果や重症化予防効果等を高める効果があります。

Q 必ず接種しないといけないですか。

A 接種は任意です。予防の観点から、高齢者や基礎疾患を有する方など重症化リスクが高い方には特に接種をおすすめしています。

Q どこで接種できますか。

A 市内1709か所（11月26日時点）の医療機関で3回目接種を行います。医療機関数は今後も増える見込みです。また、令和4年3月以降に集団接種会場も9~13か所程度設置予定です。（具体的な設置箇所や規模等は調整中）

Q いつから予約ができますか。

A 2回目接種完了から原則8か月以上経過した方から接種券を順次発送します。接種券が届き次第、予約ができますので、お手元に届くまでお待ちください。

接種証明書について

マイナンバーカードをお持ちの方は、新型コロナウイルスワクチンを接種した証明書の電子版を発行することができます。電子版の発行が困難な方は、紙版の接種証明書を申請することができます。なお、ワクチンを接種するかしないかは個人の判断であり、接種証明書の発行により、ワクチン接種を強制するものではありません。

【電子版接種証明書】

(1) 概要：政府が公式に提供するアプリ及びマイナンバーカードを使用して、電子版接種証明書を取得することができます。アプリは、App Store または Google Play で「接種証明書」と検索して、インストールできます。

(2) 電子版のメリット

無料で取得。送料がかかりません。ただし、通信料がかかる場合は利用者の負担になります。即時発行が可能です。取得した接種証明書は、アプリを起動すればいつでも表示できます。

(3) 必要なもの

1. スマートフォン（iOS13.7以降もしくはAndroid OS 8.0以降 かつ NFC Type B 対応）
2. マイナンバーカード
3. ※券面事項入力補助用暗証番号（4桁）
4. （海外用のみ）パスポート



詳細は横浜市ホームページをご覧ください。

また、検査で陽性になった場合には…

【新型コロナウイルス感染症】検査を受けた方、検査で陽性診断を受けた方へのご案内にて今後の流れを詳しく確認することができます