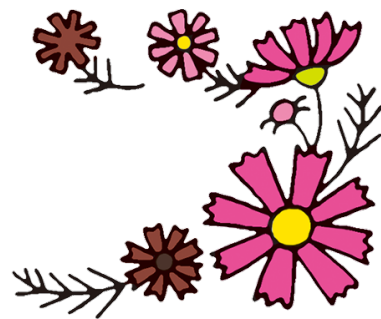


ありあ通信

2026.10 月号



朝晩は涼しくなりましたが、日中は暑い日があります。脱ぎ着しやすい上着などで調節して体調に気をつけながら思いきり秋をお楽しみください。

知っておきたい インフルエンザ

インフルエンザは突然高い熱が出て、数日続きます。食欲がなくなり、関節や筋肉の痛みが出ることも。子どもは「だるい」と言えないことが多く、「元気がない」「きげんが悪い」といった状態が続きます。通常1週間ほどで回復します。

備えていますか？

予防接種

予防接種は、多くの自治体で10月から始まります。

小さな子どもは2回接種が必要です。十分に免疫を上げておくためには、遅くとも11月上旬には1回目の接種を終わらせておくことをおすすめします。

※フルミストは1回接種となります。

★すでにインフルエンザにかかったからと安心せず、予防接種を受けてくださいね



人込み避けましょう

インフルエンザなどは、人のくしゃみやせきのしぶきを吸い込むことで感染します。人の多いところでは、感染のリスクが高くなります。

手をよく洗う

ウイルスのついた手で口や鼻、目などに触れるとそこからウイルスが体内に入り込みます。外から帰ったとき、食事の前などこまめに手を洗いましょう。



利用者の主な病名

感冒・インフルエンザ
ヒトメタニューモ
RS ウィルス・手足口病
溶連菌・ヘルパンギーナ



9月の利用人数

0歳	1人	1歳	19人
2歳	8人	3歳	9人
4歳	5人	5歳	3人
6歳	2人	小学生	13人

病児保育室ありあ

【電話受付時間】 平日：7時45分～17時 土曜：7時45分～12時

〒188-0012 東京都西東京市南町 5-11-8 ☎042-439-5212

【ありあ HP】 <https://www.sukusukukids.tokyo/aria/>