

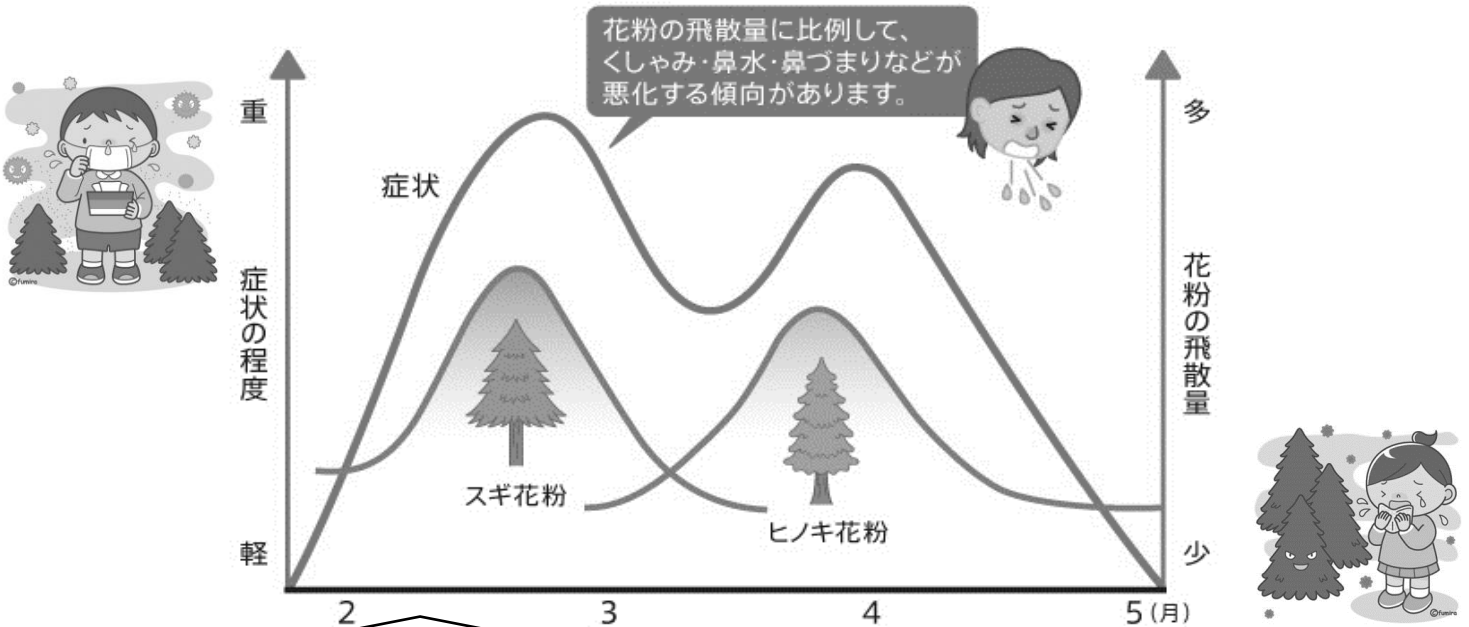


厳しい寒さが続くこの季節。2月4日は、暦の上では立春で春を迎える時期とされていますが、一般的に1月下旬から2月にかけて最も寒くなると言われています。ソフィアの子どもたちは元気に公園を駆け回り、その笑い声に不思議と寒さを忘れてしまいます。

花粉症は子どもにも増えています

原因：スギやヒノキ、ブタクサなどの花粉が、目や鼻の粘膜を刺激してくしゃみやかゆみができます。

花粉の飛散量と症状の関係



1歳でも花粉症になる！

花粉症になるのは小学生のことからと言われていましたが、最近では少ないながらも1歳過ぎでかかる子もいるそうです。小さい子は、つらさを言葉で伝えることができないので、気になる症状が見られたら、一度病院の受診をおすすめします。

水っぽい
鼻水が続く

外に出たときに
目をかゆがる

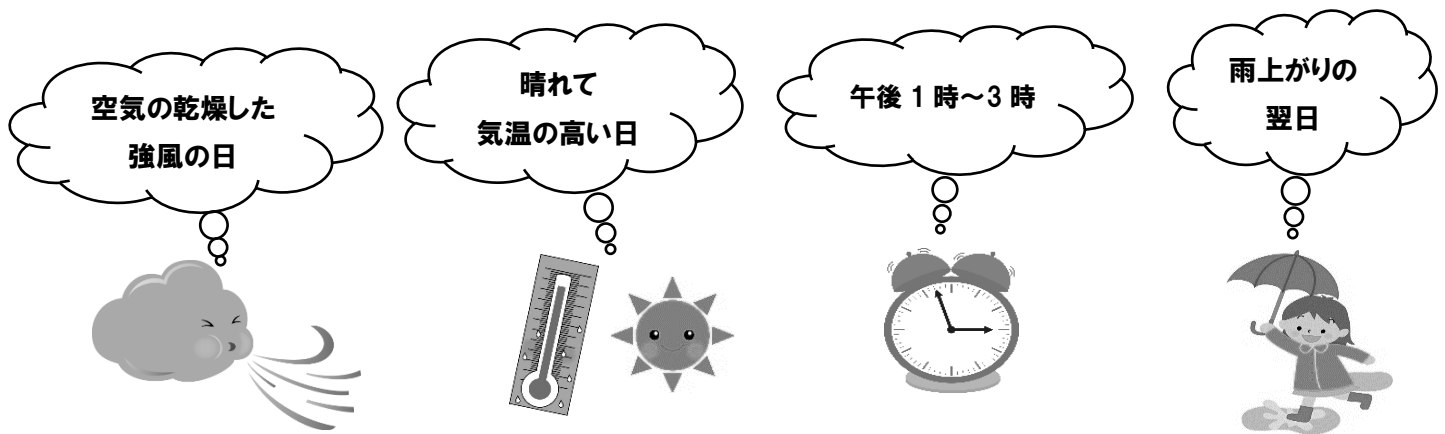
目がぐちゅぐちゅ
している

花粉症チェック！

- かぜのような症状が長引いている
- さらさらした鼻水ができる
- ひどい鼻づまり
- 目がかゆい
- くしゃみが続けて出る
- 毎年同じ時期に同じ症状が出る
- 家族にアレルギー体質の人がいる

**2つ以上チェックが入った場合は花粉症
かもしれません。**

★花粉の飛散量が増える条件★



予防と対策

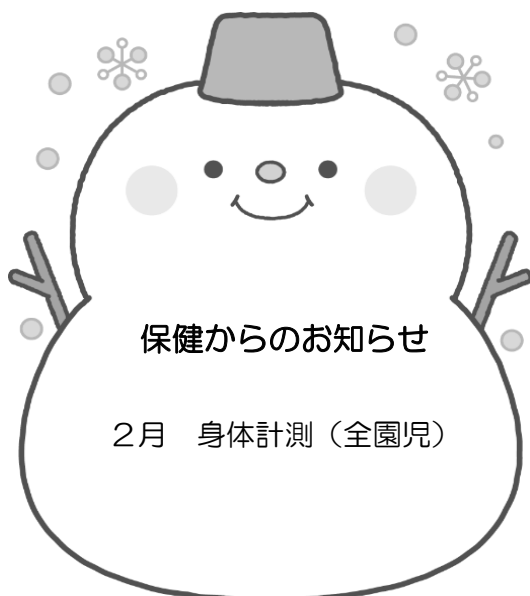


●花粉に接する機会をできるだけ減らしましょう。

天気予報などで「花粉情報」をチェックし、花粉が多く飛ぶ日は外出を避けたり、帽子やマスクなど花粉対策をして出かけましょう。外から帰ったら、花粉を室内に入れないよう外で衣類の花粉を十分に払い落しましょう。うがい、手洗い、顔を洗う、鼻をかむなどにより、体についた花粉もしっかり落としましょう。

予防接種についてのお知らせ

MR(麻しん・風しん)予防接種1期(1~2歳児の間に1回)・MR2期(年長児に1回)はお済みになりましたか?大人になるにつれ重症化しやすく、予防の為に早めに接種する事をお勧めします。
※年長児の接種はH30.3.31まで無料です。4月を過ぎると高額実費が掛かりますので、なるべく接種して下さいようお願い致します。



~看護師より~

インフルエンザウイルスは低温かつ低湿度の環境を好んで活発に活動するという特徴があります。これからますます寒くなるとインフルエンザや感染性胃腸炎等の感染症もまだまだ流行します。引き続き、手洗い・うがいをしっかり行い、予防に努めましょう。