



## はぐっどBaby教室

- 日時 2月20日(金)  
10時～11時30分(受付9時40分～)
- 場所 シェルターなんようホール
- 内容 ▷ふれあい遊び▷親子体操▷ベビーマッサージ
- 対象 4～8か月くらいまでのお子さんとその母親

- 持ち物 母子健康手帳、バスタオル、ガーゼハンカチ、水分補給用の飲み物
- 申込締切 2月18日(水)
- ◆開催日の2日前までに電話または「なんよう子育てアプリ」からご予約ください。

## 予防接種

## 1月の予防接種開始対象者

※誕生日以降に接種してください。

- 持ち物 予診票、母子健康手帳

予防接種	開始対象者	標準的な接種期間
ロタウイルス※	1価	生後2か月～4か月未満
	5価	生後2か月～5か月未満
B型肝炎	令和7年11月生	生後2か月～9か月未満
小児用肺炎球菌		生後2か月～7か月未満
五種混合		生後2か月～7か月未満
BCG	令和7年8月生	生後5か月～8か月未満
麻疹風しん第1期	令和7年1月生	1歳～2歳未満
水痘		1歳～1歳3か月未満
日本脳炎第1期	令和5年1月生	3歳～4歳未満

※どちらか一方を選択して接種してください。

## 乳幼児健診

対象者には別途案内を送付します。  
前回受診しなかった方も対象です。

健診名	場所	日時	対象者
3～4か月児健康診査	シェルターなんようホール	2/6(金) 午後	令和7年10月生
1歳児健康相談		2/3(火) 午前	令和7年1月1日～2月28日生
1歳6か月健康診査		2/12(木) 午後	令和6年7月4日～7月29日生
3歳児健康診査		2/18(水) 午後	令和4年6月17日～7月31日生

＼コロナ対策としても有効です！

## インフルエンザ対策を忘れずに



◆すこやか子育て課けん診係（☎40-1693）

## インフルエンザの症状

突然の高熱、頭痛、関節痛、筋肉痛等の全身の症状が特徴で、のどの痛み、鼻汁、咳などの症状も見られます。

## 予防対策

▷流行前のワクチン接種  
重症化を防ぐ効果があります。▷マスク  
主な感染経路は、咳やくしゃみによる飛沫感染です。咳エチケットを普段から意識し、人の多い場所に行く場合はマスクをしましょう。▷手洗い  
外出後は、流水・石けん・アルコール製剤で手を消毒しましょう。▷湿度管理  
適度な湿度（50～60％）を保ちましょう。乾燥すると感染しやすくなります。

## かかってしまった場合

- ▷体調が悪い場合は早めに医療機関を受診してください。
- ▷栄養、睡眠、水分を十分に取り、静養に努めましょう。
- ▷感染が疑われる場合、無理をして職場や学校に行くのは控え、医療機関を受診し医師の指示をうけてください。

## 咳エチケット違反していませんか？

咳やくしゃみをする時どうしていますか



× 何もせずに咳やくしゃみをする

咳やくしゃみをするとき、しぶきが2mほど飛びます。しぶきには病原体が含まれている可能性があります。

× 咳やくしゃみを手でおさえる

手でおさえると、その手にウイルスが付着し、ドアノブなどを介して他の人に病気をうつす可能性があります。

## 他人への感染を防ぐ3つの咳エチケット



- ▷マスクを着用し、口・鼻を覆いましょう。  
鼻から顎までを覆い、隙間がないようにつけましょう。
- ▷マスクがない時はティッシュやハンカチで口・鼻を覆いましょう。  
使ったティッシュはすぐにゴミ箱に捨て、ハンカチはなるべく早く洗いましょう。
- ▷とっさの時は袖や上着の内側で口・鼻を覆いましょう。

職場や学校、電車内など人が集まる場所では  
特に咳エチケットを守りましょう！11月の3歳児健診で  
むし歯がなかったおともだち

いしざわ さくら ちゃん



おおとも せい ちゃん



おおとも るか ちゃん



かねこれおくん



かまだ はるな ちゃん



さかの かいせいくん



さたけ たかきくん



さとう えあ ちゃん



さとう ひろあきくん



しかま ほまれ ちゃん



ひぐち あかり ちゃん



ふじかわ そう くん



ほし ひなた くん



まつうら あおい くん



やまもと らいくん