

# ほけんだより

# 3月号



令和6年3月1日  
野上あゆみ保育園

少しずつ、寒さが和らいでいます。もうすぐ卒園・お別れのシーズンですね。新しい環境に変わるこの時期は、何となく不安と期待で落ち着かない気分です。こんな時こそ**楽しく笑**いましょう。

笑う事で・・・脳が刺激され、神経に伝わり免疫機能ホルモンが分泌され、ナチュラルキラー細胞が活性化されます。これは、細菌感染した細胞や癌細胞を死滅させる働きがあります。また、鎮静作用のあるホルモンも分泌されます。

笑い、遊ぶことで・・・**身体の機能が活性化され、**

こちょ

こちょ～



**免疫力がアップします。**

**笑いにも色々ありますが・・・**

**不思議なことに作り笑いでも効果があるようです。**

**病気ではなく笑いを感染させたいですね。**

野上あゆみ保育園は、発熱や体調不良のお迎え、発熱後のお休みなど、保護者の協力があり他園と比べて集団での病気の感染が少ない方で元気に過ごせているのではないかと感じます。ご協力ありがとうございます。

感染症が発生した時は、コドモンでお知らせしています。今月よりエレベーター横でホワイトボードを設置し感染症の発生状況をクラスごとにお知らせします。確認して帰って下さいね。

(他児への感染がないと判断した時のお知らせはありません。)

## 予防接種の受け忘れはありませんか？

対象時期を過ぎると、定期予防接種として無料で受けられなくなります。

受け忘れがないか母子健康手帳を確認してみましょう。

予防接種が必要な感染症は、有効な治療法がないことがあり、重篤な後遺症を起こす可能性があります。受け忘れていたものは早めに接種しましょう。



### 0 歳児クラス

- ・1 歳までのお子さん・・・ヒブ、小児用肺炎球菌、B 型肝炎、四種混合、BCG 1 1 回（BCG、B 型肝炎ワクチン接種は 1 歳誕生日の前日まで）
- ・1 歳を迎えたお子さん MR（麻疹風疹混合）水痘ワクチン接種をうけましょう

### 1 歳児クラス

- ・ヒブ、肺炎球菌、四種混合の追加接種の受け忘れはありませんか？
- ・MR(麻疹風疹混合)第 1 期の定期接種は 2 歳の誕生日の前日までです
- ・水痘ワクチン接種を受けましょう（1 歳から 3 歳未満が標準的な接種期間です）



### 2 歳児クラス

- ・『水痘ワクチン』の定期接種は 3 歳の誕生日の前日までに 2 回接種です ・3 歳の誕生日がきたら日本脳炎（1 期初回 1 回目、2 回目）を受けましょう。

### 3 歳児クラス

- ・日本脳炎（1 期初回 1 回目 2 回目）から半年から 1 年後を目安に日本脳炎 1 期追加を受けましょう

### 4 歳児クラス

- ・日本脳炎のワクチン接種が済んでいるか確認しましょう

### 5 歳児クラス

- ・MR（麻疹風疹混合）第 2 期の定期接種は小学校入学前の 3 月 31 日までです。受け忘れに注意しましょう。