

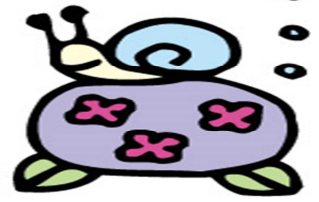
6月 

ほけんだより

筑後保育所

令和8年

6月1日発行



梅雨入りすると、暑くなったり、肌寒くなったりと天気は変わりやすく、体調を崩しがちです。衣服で調節し上手に梅雨を乗り切りましょう。また、夏に向け、バランスの良い食事や睡眠をしっかりととりましょう。

### 麻しん(はしか)についての話

今年は、麻しん(はしか)の感染報告が急増しています。国立感染症研究所のデーターによると、国内年間報告数は、2024年は45例、2025年は265例でした。今年に入り5月3日の時点で462例と昨年を上回り増加しています。都市部での感染者が多いのですが、福岡県内でも発症しています。感染に気をつけましょう。

#### 麻しんとはどんな病気か

麻しんは、麻しんウイルスによる急性感染症です。感染力は現存する感染症の中で最強クラスです。

#### ●感染力の強さ

- ・インフルエンザの約10倍の感染力
- ・空気感染・飛沫感染・接触感染
- ・家庭内密接接触での二次発症率は90%

#### ●潜伏期間・周りへの感染可能期間

- ・感染から発症まで7~21日(平均10~12日)
- ・発症の1日前から解熱後3日を経過するまで感染力あり
- ・症状がなくても他者にうつす期間がある

#### ●誰がかかりやすいか

- ・ワクチン未接種・接種歴不明の方
- ・1回のみ接種(2回未完了)の方
- ・過去に罹患歴のない成人
- ・1歳未満の乳児  
(母親の免疫が弱まった場合)

#### ●症状の経過

- ・第1~4病日:カタル期 最も感染力が高い時期です  
38~39℃の発熱、鼻水、咳、結膜炎、コプリック班(口の中に現れる小さな白い斑点)
- ・第4~5病日:発疹期 最も体調が悪くなる時期です  
高熱(40℃前後)、全身への発疹拡大
- ・第7~10病日:回復期 合併症がなければ徐々に回復します  
発疹の消退と解熱 免疫機能の低下が数週間~数か月続きます

#### ●治療

- ・対症療法が基本  
発熱、咳・鼻水などへの対処
- ・十分な安静と水分補給
- ・栄養管理

#### ●予防

- ・MRワクチン(麻しん・風しん)の2回接種で予防できます。  
定期接種 第1期:1歳の誕生日後速やかに接種  
定期接種 第2期:就学前の1年間(小学校入学前年度)
- ・予防接種を受け損ねた人は、気づいた時点でかかりつけ医に相談しましょう。
- ・感染者と接触後にワクチン摂取する場合は72時間以内です。  
疑われる時は、医療機関に電話連絡しましょう。

#### ●入院が必要なケース

- ・肺炎や脳炎の疑いがある場合
- ・高熱や脱水が続く場合
- ・乳幼児・免疫不全者の重症例



#### 子どもの熱中症を予防する水分補給のポイント

- ★飲み物の種類は麦茶や水などを飲みましょう。 ★こまめな水分補給をしましょう。
- ★水分補給の時間やタイミングを決めましょう。 ★飲み物の温度は5~15℃。
- ★大量に汗をかいた時は子供用のイオン飲料や経口補水液をお勧めします。塩分も補給しましょう。