

すこやか5月

町田第四小学校
ほけんだより
2018年5月発行

しんねんとはじ 新年度が始まり、あつという間に1か月がたちました。あたらしいかんきょうには慣れてきましたか？

これからだんだんひざしが強く、あつさを感じるが多くなってきました。また、

うんどうかいれんしゅうはじ 運動会練習も始まります。げんきにすごせるようにたいちょうかんり 体調管理をしっかりとしていきますよ。

運動会に元気に参加するための10カ条

うんどうかいまえ じゅんぴ れんしゅう おおいそが 運動会前は準備や練習で大忙し！でも、けがなくうんどうかい たの 運動会を楽しむためには、

つぎ まち 次のことを守るようにしましょう。

たいそうふく あかしらぼうし ずいどう も 体操服、赤白帽子、水筒、タオルなどの持ち物にはきちんと名前を書いておきましょう！



- ① 早ね早起きをする
- ② 朝ごはんをしっかり食べる
- ③ 日焼け対策をする
- ④ 先生の話をよく聞く
- ⑤ こまめに水分補給をする
- ⑥ 体調が悪いときは無理をしない
- ⑦ 汗ふきタオルを用意する
- ⑧ 手足のつめを切る
- ⑨ 準備体操をしっかりやる
- ⑩ 自分に合ったくつをはく

チェックしてみよう



『麻しん』にご注意ください！

現在、海外で麻しん（はしか）に感染し、沖縄県内を旅行した患者を契機として、沖縄県等で麻しんの患者の発生が続いています。

沖縄県の広範囲で麻しん罹患者が増加し、4月24日時点で70人が麻疹と判断がされたと沖縄県が発表しています。

沖縄県の初発罹患者が3月20日に麻疹と診断されてから、感染が拡大しています。愛知県では、5人の罹患者が報告され、初発罹患者は沖縄県に3月28日から4月2日まで旅行していました。この初発患者は、沖縄に4月上旬まで旅行した後、埼玉県内の学校に数日間通い、発症後に東京の品川から新幹線で名古屋まで移動したそうです。茨城県では、1名の麻しん患者が報告されていますが、感染元は現時点不明のようです。麻しん罹患者が都内を通過していますので、油断ができない状況です。



麻しんとは

麻しんは、『はしか』とも呼ばれ、麻しんウイルスの感染によって起こる感染症です。麻しんは感染すると、約10日後に発熱や咳、鼻水といった風邪のような症状が現れます。2～3日熱が続いた後、39℃以上の高熱と発疹が出現します。肺炎、中耳炎を合併しやすく、患者1,000人に1人の割合で脳症を発症するとされています。

麻しんウイルスの感染経路は、空気感染、飛沫感染、接触感染で、人から人へ感染が伝播します。その感染力は非常に強力で、免疫のない人が感染すると、ほぼ100パーセント発症しますが、MRワクチンまたは麻しんワクチンの予防接種をしていれば、感染するリスクは少なくなります。

現在、MRワクチンの定期予防接種は、1歳の時と小学校入学の前年の、2回実施します。

町田市では、MR（麻しん風しん混合）ワクチンの定期接種を逃した19歳未満の方に対して、MRワクチンまたは麻しんワクチンのフォロー接種（任意接種）を無料で実施しています。予防接種を受けたことがない方、1回目の予防接種を受けた後、数年経過し免疫が弱まっている方は予防接種を受けましょう。

【町田市HP まちだ子育てサイト参照】

