



2026年 10月

美唄市病児保育室

☎ 090-6215-8842

市立美唄病院併設

秋は過ごしやすい一方、朝夕と日中の気温差で体調を崩しやすくなります。市内では先月からインフルエンザが流行するなど、季節性と言えない時代になってきています。どの感染症に対しても、手洗いが一番有効です。うがいや咳エチケット、換気も加えて、感染症にかからないよう心がけましょう。



●○インフルエンザ○●

症状 発熱、頭痛、関節痛、筋肉痛、全身倦怠感、喉の痛み、鼻水、咳等

予防

- ・手洗い
- ・マスク着用、咳エチケット
- ・湿度の保持(50%～60%)
- ・こまめな換気

推奨

- ・ワクチン接種

みんなで予防 インフルエンザ

手洗い・咳エチケット
換気で「かからない」
「うつさない」

※厚労省インフルエンザ
啓発ツールから



※発熱から2日間は子どもの異常行動に
注意してください。



10月10日は目の愛護デー



生まれたときは明暗を感じる程度の視力が、大人並みの1.0くらいになるのが、6歳ころといわれています。子どもは視力に異常が生じて、自分で症状を訴えることが難しいものです。気になる様子が見られたら、眼科を受診しましょう。

目の異常は、早く発見して早く治療することが大切です。

こんなときは心配です

- ・目を細めている
- ・片目で見ると顔を傾けて見る
- ・まぶしがる
- ・いつも涙ぐんでいる
- ・まぶたが下っている