教えて富麗発生?

大阪府寝屋川市出身。鳥取大学医学部卒 取ユニットセンター所属。詳細調査ではお子 さんの診察や採血をさせていただきますの

今回はインフルエンザのお話です。

ワクチンは、13歳未満の人は2回、13歳以上の人は1回または2回接種 となっています。すでにある程度免疫を持っているはずの年齢だと|回 で十分でも、まだ免疫が不十分と思われる年齢だと1回では十分な 免疫力が得られないという考え方です。

ですので、13歳以上でもインフルエンザ患者との接触歴やワクチン 接種歴の少なかった人は、2回打つべきと言えます。さらに、ワクチンは 10月に打つと2月くらいに効果が弱まるので、受験生は1月に3回目を 打つべきという意見もあります。流行期に入ってもワクチンは打てますが、 効果が出る数週間までの間に感染するかもしれないので、やはり計画 的な接種が良いでしょう。

基本的にインフルエンザは数日で自然に治ります。ですが、症状の強さ、 もともと持っている病気の種類、年齢(小さい子どもはワクチンが効き にくい)などから医師が薬を勧める場合があります。

抗インフルエンザ薬は「自然に治るよりも1日~2日早く熱を下げる」効果 があります。再発しないように用法・用量通りに内服、吸入しましょう。





自然に治っても、薬で早く解熱しても、発症してから約1週間はのどや 鼻水からウイルスを出し続け、感染源となります。現在は「発症した後 5日を経過し、かつ、解熱した後2日(幼児は3日)を経過するまで」登校・ 登園はできません。

子どもがインフルエンザにかかったら家族はどうすれば良いでしょう? そもそもインフルエンザは、くしゃみや咳のしぶき、唾液、鼻水などから 感染します。しぶきはマスクや咳エチケットで防げます。唾液や鼻水は、 例えば子どもが触ったおもちゃを片付けた後は必ず手を洗う、子どもが舐 めたお箸やスプーンで同じ料理を取り合わない、といったことが大切です。 くしゃみのしぶきを吸い込んだらすぐにうがいをしてウイルスを洗い流します。

わからないことがあったら、かかりつけの小児科に相談しましょう。

鳥取ユニットセンターニュース

TUC NEWS

ちょっとしたこと 何でもOK

ふれあいの里3階にて 育児相談をしています。

10月より育児相談室を再開しました。 経験豊富なスタッフが相談にのります。 お気軽にお立ち寄りください。

※予約優先となっておりますので予約希望の方は 鳥取ユニットセンターまでお電話ください。

相談時間 火曜日・金曜日 9:00~12:00

ふれあいの里 米子市錦町1丁目139番地3

キャンペーン告知

いつも質問票調査にご協力いただき、心より感謝申しあげます。 がいなだよりVOL7でお知らせしておりましたが、エコチル調査鳥取ユニット センターでは、質問票調査にご協力いただいている皆様に感謝の気持ちを 込めまして、3歳及び3歳6か月の質問票両方をご記入いただいた方全員に

スケッチブック&クーピーをプレゼントします。

既にご返送いただいている方も対象となります。発送は順次行っておりますので、 楽しみにしていてくださいね。エコチル調査はお子様が13歳になるまで継続する 調査となります。これからも楽しい企画をたくさん計画していく予定です。 今後とも調査協力を宜しくお願い申しあげます。



お手元に質問票は残っていませんか?

ついつい提出期限が過ぎてしまいどうしていいか困っている方。今からでも大丈夫ですので当時の様子を思い出しながらご記入の上ご返送ください。



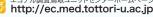
子どもの健康と環境に関する全国調査 鳥取ユニットセンタ

〒683-8503鳥取県米子市西町86

9:00~17:00 (土日祝日を除く)

詳しくはWEBで エコチル鳥取









たちの未来のた

鳥取版 eco&child gaina





鳥取のエコチルファミリー約500名をご招待して、秋晴れの10月17日(土)、米子市文化ホールで「エコチル鳥取ふれあいフェスタ 2015」を開催!エコチル調査がスタートして5年目となる今年は、NHKのEテレ『すくすく子育て』に曲を提供するなど、保育音楽ユニット として幅広く活躍中のケロポンズをゲストにお迎えしました。コンサートではオリジナルの歌と振り付け、楽しい遊び体操、ワクワク するストーリーのパネルシアターなどがくりひろげられ、親子で一緒に笑ったり踊ったり。会場いっぱいに歓声があふれました。





コンサート直前に楽屋を訪問して聞いてみました!

米子市でのイベント公演はどうですか?

ケロさん

米子のみなさんは温かいですね。こちらには何回か来ていますが、 エコチルのイベントは初めてなので、とっても楽しみです。

エコチルは、いろんな分野の専門家の方々が子どもたちに関わってくだ さっているので嬉しいですね。

コンサートで大切にされていることは?

ケロさん

子どもだけでなく親子で楽しんでもらうことです。

一緒にふれあったり、笑ったりする空間がつくれたらいいなと思います。 大切なのは楽しんで体を動かすことで、曲も踊りも自分たちが楽しく ないと、つまんないものになってしまいますから。

衣装がカラフルでとても楽しいですね。

涼しくて、軽くて、持ち運べる。この3点を衣装担当の方に言って、 手作りしてもらっています。

今日の衣装は水着の生地で、プラスチックのワイヤーが入っているの で脱ぐと提灯のように縮むんですよ。アイロンをかけなくてもいいので 便利です。

エコチルファミリーにメッセージをお願いします。

子育でを一人でがんばらないでください。みんなで子育でをしていき ましょう。子どもたちの笑顔がある未来を、守ってあげられるのは大人 の役割だと思います。

子どもと一緒にいる時間や経験、空間をしっかり味わいながら 暮らしてほしいですね。それは、かけがえのない時間で一瞬たりとも 止まっていなくて、どんどん進んでいってしまいます。大事に楽しんで もらいたいと思います。

曲や振り付けは誰がつくるのですか?

二人で創作しています。電車の中で「今度はこんなことしない?」って 話すこともあるし、ふざけているうちに生まれることもあります。遊んで いるうちにできるんですよ。

子育てで大切にしていること何ですか?

私は双子の母ですが、人に頼らないで子育てをしようと思っていました。 でも、知人から「子どもはいろんな人と一緒に育てるのよ!」と言われ、 心の鍵がカチャと開いたんです。今日も子どもたちは、ファミリーサポート サービスの方々が見てくれています。本当にありがたいと思います。

これからの活動は?

ケロさん

最近、「世界食糧デー」の活動で食を考える歌『ごはんハンハン』と いう歌をつくりました。それを幼稚園のこどもたちに歌ってもらってか ら食事をすると、食欲が明らかに上がったり、好き嫌いがなくなったと いうデータが出たそうです。

びっくりです!楽しく食べようというメッセージを言葉ではなく、身体と フィーリングで子どもが感じてくれて、生きる力につながる。 こうした仕事をもっとやれたらいいなと思います。

ケロポンズ プロフィール

ケロこと増田裕子さんは国立音 楽大学の幼児教育専攻卒。 ポンこと平田明子さんはタンザ ニア人の夫との間に生まれた 双子の女の子をもつ母親。ケロ

ポンズとして親子で楽しめるステージを全国で行っ ているほか、保育雑誌にオリジナルの遊びや体操 を執筆、保育者のセミナーに出演、絵本や紙芝居 の創作など幅広く活躍。テレビ出演、くまモンとの コラボ体操など活動の場を広げている。

会場内の様子!

ケロポンズコンサート

約500名のご家族が来場されました!



とりりんとヨネギーズも登場!





蒼助(そうすけ)くん 1歳6ヶ月 悠太郎(ゆうたろう)くん 3歳7ヶ月 「なつまつり」

豪太(ごうた)くん

「わ! かえるさん」

11ヶ月



2歳4ヶ月 「ハニカミ姫!」



美桜(みおう)ちゃん



佐奈(さな)ちゃん 1歳10ヶ月 「真っ黒焦げになりました♡」



「くりくり坊主」



「初めての私だけのソフトクリーム」

エコチル調査にご参加いただいているお子さまの 楽しい写真を送って下さい。

ご応募いただいた中から抽選の上、掲載をさせていただきます。

件名に「がいにかわいい写真」、本文に写真のタイトル・撮影時の年齢(月齢)・お子さんのお名前(ふりがな)・投稿者の氏名を入力して下記アドレス までメールでお送りください。※掲載の発表は、がいなだよりVOL9の掲載及び図書カードの発送をもって代えさせていただきます。

📴 ecochil@adm.tottori-u.ac.jp 🧦 http://ec.med.tottori-u.ac.jp/ 🧽 (HPからも投稿できます!)



スタミナ納豆



鶏ひき肉・ ----- 100g ごま油 ----- 小さじ1/2 しょうが・ - みじん切り少々

ニンニク------ みじん切り少々 ※ひきわり納豆--- 100g

※顆粒和風だし-- 小さじ1 ※砂糖 ----- 少々 ※酒 ----- 小さじ1/2 刻み海苔 ----- 適量

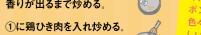
良くかき混ぜて刻み海苔を

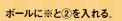
しょうがとニンニクを

香りが出るまで炒める。



れたり、タバスコを入れた





フライパンにごま油を熱し、





