



9月に入り急に涼しい日が増えました。また、朝夕と昼の寒暖差も大きく、体調を崩しやすい時期です。体調管理をしっかり行いましょう。

まだまだ全国的にコロナウイルスの感染流行が続いています。長い自粛生活で大人だけでなく、子どももストレスを感じる日々を送っています。天気の良い日は散歩をするなどして気分転換になることを見つけられるといいですね。

また、日ごろの生活の中でできる予防（密を避ける・マスクの着用 手洗いや手の消毒など）をこれからも続けていきましょう。

げねつやく げねつざい ねつ 解熱薬・解熱剤・熱さまして？



病院でよくもらう解熱薬

- ★「解熱薬」「解熱剤」「熱さまし」は呼び方は違いますが、**同じ内容のお薬で効き目も同じ**です。
- ★粉・シロップ・座薬などがあり、お子さんの症状や年齢に応じて処方されます。種類が違うからと言って**同時に使ったり間隔を規定時間空けずに使用してはいけません**。次の薬を使う場合は、なるべく前の薬から**8時間以上の間隔を空けましょう**。
- ★解熱薬は一時的に熱を下げたり、痛みをとったりするお薬です。**病気そのものを治す薬ではありません**。
- ★解熱薬は**熱による辛さを軽くするためのお薬**です。体温が39°C以上あっても元気そうなら無理に使う必要はありません。逆に38.5°Cなくても辛そうにしていたら使ってかまいません。お子さんの様子や症状に合わせて上手に使用しましょう。

■マスクやフェイスシールドの効果

(スーパーコンピュータ『富岳』によるシミュレーション結果)

皆さんは、マスクを選ぶとき何を基準に選びますか？

マスクは、万が一自分が感染した時に、人に感染させにくくする効果と、自分が人から感染するのを防ぐ効果の二つがあります。右の表では、**不織布マスク（サージカルマスク）が最も感染予防効果が高い**との結果が出ています。コロナ渦でいろいろなことが制限されている現在ですが、できるだけ感染予防効果の高いマスクを選んでつけてみませんか？

ウレタンマスクや布マスクは通気性が良いので、つけていても苦しく感じませんが、不織布マスクは少し苦しいと感じることがあるかもしれません。また、肌の弱いお子さんは、マスクで蒸れたりかぶれたりして湿疹が出ることもあります。マスクをこまめに交換したり、お子さんの様子を見ながら使用してあげてください。湿疹やかぶれが出たときはかかりつけの小児科医にご相談ください。

対処方法

	マスク			フェイスシールド	マウスシールド	なし
	不織布	布	ウレタン			
						×

感染予防効果：大

小：効果



吸い込み飛沫量（他の人から感染するリスク）

マスク	フェイスシールド	マウスシールド	なし
30%	※	※	小さな飛沫に対しては効果なし (エアゾルは防げない)
55-65%	60-70%		100%



吐き出し飛沫量（他の人に感染させるリスク）

マスク	フェイスシールド	マウスシールド	なし
20%	18-34%	※	80%
	50%	90%	100%

※出典：豊橋技術科学大学による実験値

JCHO高岡ふしき病院

<利用料金・利用時間>

保育時間	料金(税込)	利用時間	昼食
1日保育	2200円	8:30~17:00	希望者は
午前保育	1100円	8:30~12:30	別途300円
午後保育	1100円	13:00~17:00	なし

●予約電話受付時間(留守番電話での予約は不可)

★当日予約受付時間=8:15~11:30

★前日予約受付時間=8:30~17:00

●対象児童=生後9週~おおむね小学6年生まで
(高岡市以外にお住まいでも利用可能)

●高岡市在住の方で利用料免除の詳細をご希望の方はお問い合わせ下さい



病児保育室

おひさま

<http://takaoka.jcho.go.jp>

〒933-0115高岡市伏木古府元町8-5

予約・お問合わせ専用番号

080-5853-8500

受付時間=平日8:30~17:00

