

はしかと風しんは 予防接種が効果的！

はしかと風しんは、乳幼児がかかりやすい感染症。集団感染することも多く、抵抗力が弱い0、1、2歳児は、体力が奪われるのでとてもつらい病気です。予防接種で防ぐことができるので、1歳を過ぎたらすぐ、はしかと風しんの混合ワクチン（MR）の接種をお勧めします。

接種当日に体調が悪いと受けられないので、接種日前は疲れないようにするなど、体調管理を心がけましょう。



はしかにかかったら

はしかにかかると、高熱や鼻水、せき、発しん、といった強い全身症状が出ます。ほかにも0、1、2歳の小さな子は、おう吐や下痢を伴うことも。中耳炎や肺炎、脳炎などの合併症を起こすこともあるので、注意して経過を観察することが大切です。

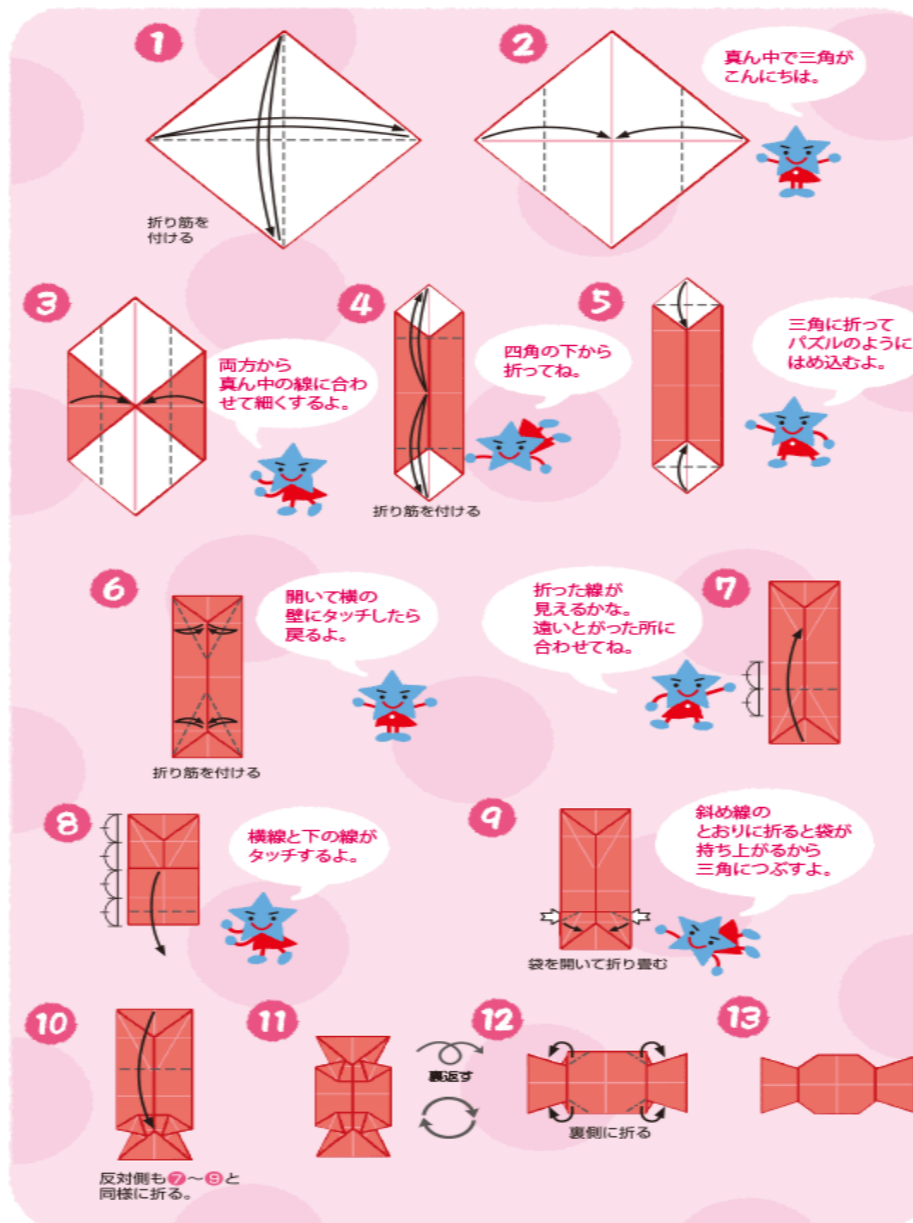
おうちでのケア

- 温かくする
- 安静を保つ
- 熱が高いときは氷まくらなどで頭を冷やす
- 少しずつこまめに水分をとる



10月のおいかみ

☆キャンディー☆



簡単クッキング

食パンで作るおやつレシピ♪
シナモンやココアをかけてもGOOD!!

～食パンラスク～



＜材料＞（作りやすい分量）

- バター・・・60g
- 砂糖・・・大さじ3
- 食パン(6枚切)・・・2枚

＜作り方＞

- ① バターは常温においてやわらかくし、砂糖を加えて混ぜる。
- ② 食パン1枚を16等分に切る。オープン用シートを敷いた天板に並べ、140℃に予熱したオーブンで15分焼く。
- ③ カラカラになったら取り出し、①を上表面と側面にぬる。
- ④ 再び140℃のオーブンで、20～25分焼く。

10月乳幼児健診（場所: スポカルイン黒石）

健診別	実施日	対象者	受付時間
乳児健診	10/25(火)	H28年 6月生	午後0:15～0:30
1歳6カ月児健診	18(火)	H27年 3月生	午後0:30～0:40
2歳児健診	27(木)	H26年 3月生	午後0:30～0:40
3歳児健診	26(水)	H25年 3月生	午後0:15～0:30

10月休日救急当番医

実施日	病院・診療所名	住所	TEL
2(日)	兼平医院	市ノ町18	52-3305
9(木)	寿町クリニック	寿町43-3	53-5420
10(月)	佐々木内科小児科医院	山形町73	53-5125
16(日)	レディスみかみクリニック	前町49	52-8618
23(日)	たかはし内科循環器科クリニック	ぐみの木1丁目67-1	59-2200
30(日)	工藤さとる整形外科クリニック	野添町64-3	59-0345