

はぐ♥くみしター

「はぐ♥くみ」子育て電話相談… ☎306-2277

(月～金曜日の午前8時30分～午後5時15分(正午から午後1時までを除く))

【問い合わせ】健康増進課(保健センター ☎282-2797)

接種間隔を守って
計画的に受診してね!



10月から「ロタウイルスワクチン」が 定期予防接種(公費負担)になります!

●ロタウイルスとは?

ロタウイルスによる胃腸炎は、乳幼児期(0～6歳)にかかりやすい病気です。急激な嘔吐や水様性の下痢便、発熱が見られ、それに伴う脱水やけいれん、腎不全や脳症など、重篤な状況になる場合があります。また、重症急性胃腸炎で入院する原因として、ロタウイルスが最も多いともわれています。生後すぐに感染する場合もあるので、早めにワクチンの接種を受けるようにしましょう。

●定期予防接種の対象者

令和2年8月以降に生まれたお子さん ※対象のお子さんには、生後1か月半頃、自宅に案内文と予防接種予診票が届きます。

●ワクチン接種後の副反応(腸重積症)

腸重積症とは、腸が腸に入り込み、閉塞状態になることです。ロタウイルスワクチンの接種を受けてから約1～2週間は腸重積のリスクが通常より高まる可能性があります。嘔吐を繰り返したり、不機嫌な状態が続く場合は、速やかに医療機関を受診しましょう。

●ワクチンの種類と接種期間等

ロタウイルスワクチンは2種類あります。どちらも飲むタイプの生ワクチンで、効果や安全性に差はありませんが、接種回数が異なります。途中で種類の変更はできませんので、初回に接種したワクチンを2回目以降も接種します。

ワクチン名	ロタリックス(1価)	ロタテック(5価)
接種期間	生後6週0日から24週0日後まで ※初回接種は生後2か月に至った日から出生14週6日後までの実施が推奨されています。	生後6週0日から32週0日後まで
接種回数	2回接種(27日以上の間隔を空ける)	3回接種(27日以上の間隔を空ける)



いもマミィのオススメレシピ

秋の季節にぴったり! 「サツマイモとゴボウのみそ汁」

【材料(4人分)】

サツマイモ・・・1/2本
ゴボウ・・・12cm程度
みそ・・・大さじ2
だし汁・・・600ml
万能ネギ・・・適量

※エネルギー(約53kcal/人)、
食塩相当量(1.1g/人)

【作り方】

- ①サツマイモは皮付きのまま厚さ1センチメートルのいちょう切り、ゴボウはさががきにして水にさらす。
- ②鍋にだし汁、サツマイモ、ゴボウを入れてやわらかくなるまで煮る。
- ③火を止めてみそを溶き入れ、器に盛り、万能ネギを散らしたら出来上がり♪



サツマイモとゴボウの根菜類の組み合わせがみそ汁に合います。
ゴボウをレンコンやタマネギなどに替えてもおいしいですよ♪