



爽やかな秋風が気持ちよく、過ごしやすい季節になりました。
インフルエンザはすでに流行期に入り、少しずつ身近な所でも感染の声が聞こえてきましたね。
お子さまの体調に気をつけながら元気に秋を過ごしていきましょう。

インフルエンザ ご家庭での予防ポイント

- 🍎 手洗い・うがい: 外から帰ったら丁寧に洗いましょう
- 🍎 保湿と換気: お部屋の湿度は50~60%を目安にこまめな換気を🌿
- 🍎 栄養と睡眠: しっかり食べて早めに寝て、免疫力をアップ!

予防接種は早めの計画を

- 🍎 接種時期の目安: 予防接種を受けてから十分な抗体ができるまでに約2週間かかります。
すでにインフルエンザに罹った方でも、まだ感染していない型のインフルエンザを予防するために、予防接種を受けることは有効です。体調が回復してから、医師に相談のうえ接種をご検討ください。
- 🍎 ワクチンの効果: ワクチンは感染を完全に防ぐものではありませんが、発症を抑えたりかかった際の発熱や症状の重症化を防ぐ効果があります。

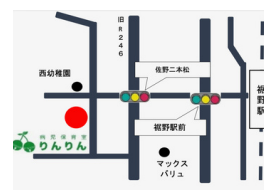
親子での接種も可能です💉

10月の開室日

October	日	月	火	水	木	金	土
10					1	2	3
2026	4	5	6	7	8	9	10
	11	12	13	14	15	16	17
	18	19	20	21	22	23	24
	25	26	27	28	29	30	31

鈴木医院HP

りんりんMAP



裾野市佐野1471-1 TEL 080-9723-1460

●は休室日です