

# おひさま 秋号

## 秋から流行する 子どもの感染症 RSウイルス

Respiratory Syncytial Virusの頭文字をとったものですが、非常に有名なウイルスです。1歳までに70%、2歳までにほぼ100%の子どもがかかるといわれています。再感染があっても何回も感染し、2回目からはそこまで重くならないということが分かっています。例年夏頃から春先まで、特に秋から年末において流行することが多いです。昨年大流行し、今年度も警戒が必要な感染症の一つです。

**潜伏期間：**2～8日間

**症状：**発熱・鼻汁・咳など軽い風邪症状

通常は数日から1週間かけて徐々に軽快します。重症化すると気管支炎や肺炎の兆候が見られ、入院が必要になる場合があります。

生後1ヶ月までの子どもの場合は、典型的な呼吸器の症状ではなく、息を止めて唇が紫色になるような「無呼吸発作」がみられることもあるので注意が必要です。

### こんな時は早めに小児科受診を

- ・呼吸が苦しそう  
(ゼーゼーいっている)  
(肋骨と肋骨の間がへこむ呼吸がみられる)
- ・食事や水分、ミルクが摂取できない



### 感染予防対策について

接触感染と飛沫感染が感染経路となります。接触感染では、ウイルスが付着した手を介して広がり、飛沫感染は咳やくしゃみで飛散したウイルスを含む飛沫で広がります。そのため、以下の対策が効果的です。

- ・しっかり手洗いしましょう
- ・子どもたちが使用のおもちゃや、触れた場所の消毒をしましょう
- ・人混みを避けましょう
- ・可能な限りマスクを着用しましょう

## 秋の味覚

秋が旬の食べ物に栄養価が高いものが多いのは植物自信が冬の厳しい寒さを越せるように備えているから。秋のフルーツを摂ることは私達にとっても寒さに負けない体づくりに役立ちます。

### 秋に旬を迎えるフルーツ

柿・ブドウ・梨・イチジク・ザクロ・栗・アボカド  
レモン・キウイ

## 2022年の十五夜 9月10日(土)



その年によって十五夜の日には変わります。十五夜は別名「中秋の名月」とも呼ばれ、秋の真ん中に出る月という意味もあります。

お月見には美しい月を眺めるだけでなく、収穫や月に見立てたものや、収穫物をお供えするという風習もあります。

### ススキ

秋の七草のひとつでもあるススキは、悪霊や災いなどから収穫物を守り翌年の豊作を願う意味が込められています。

### だんご

月に見立てたお団子をお供えすることで月に収穫の感謝を示します。十五夜では15個、十三夜では13個をピラミッドのように積んでお供えします。

### 農作物(里芋・栗)

里いも、栗、枝豆など収穫されたばかりの農作物をお供えし、収穫に感謝します。