

麻疹(はしか)が流行しています！

国立健康危機管理研究機構によると、2026年4月19日までの時点で、国内でのはしかの感染者数は362人（前年の4.4倍）となっており、直近10年で感染者数が最多だった2019年の422人に次ぐペースです。東京都だけでも150人を超える感染者数ですが、ゴールデンウィークで旅行者も多くなるため、今後は全国的に感染が拡大することが予想されています。

麻疹って？

どんな症状？

潜伏期間は10～12日。最初は鼻水や咳、発熱などの風邪に似た症状が出ます（最初は診断が難しいですが、実はこの時期の感染力が最も強いです）。次いで口の中にコブシク斑という白く細かい斑点が一時的に出現し、その後特有の赤い発疹が全身に出ます（頭や顔から先に出現します）。熱は7～10日ほど続き、しんどいため入院することも多いです。その後発疹は色素沈着を残して消えていきます。症状が回復しても、しばらく免疫力が低下して他の感染症にもかかりやすく、しっかり回復するまで1か月くらいかかります。熱が下がって3日経つまでは登園登校はできません。

治療法はありますか？
残念ながら治療法はなく、解熱剤や点滴などの対症療法が中心です。合併症を起こした際に抗生薬の使用が必要です。

合併症は？
30%の患者さんに何らかの合併症がでます。その半数は肺炎です。死因で多いのは肺炎と脳炎です。先進国でもかかると1000人に1人は亡くなります（インフルエンザは10000人に1人）。インフルエンザの10倍の死亡率！（日本では2000年前後の流行の際、20～30名/年の死亡）

脳炎	1000例に1例。思春期以降の死因として多い。6割は回復するが25%は後遺症、致死率15%。
中耳炎	5～15%の頻度。最も頻度が多い合併症の一つ。
肺炎	乳児の死亡例の6割は肺炎。
亜急性硬化性全脳炎(SSPE)	10万例に1例。麻疹にかかった5～10年後くらいに発症し、知的障害やけいれんを合併する。治療法はなく、とても予後の悪い難病。

口の中に白い斑点
全身に赤い発疹
7～10日発熱
免疫力低下
しっかり回復まで約1ヶ月

* 出典：佐久医師会「教えて！ドクター 子どもの病気とおうちケア」

感染力強

感染力が強く、免疫を持たない人にうつす割合は感染者1人当たり約12～18人。
※インフルエンザは2～3人

手洗いやマスクでは防げません。

有効な対策は予防接種となりますが、公費での接種は1歳と小学校入学前の2回です。（自費での接種については小児科へご相談ください）
ワクチン接種前のお子さんには、人ごみを避ける・生活リズムを整えて睡眠をしっかり取るなど、できることを心がけましょう。
また保護者の方でも、1978年～1990年4月1日生まれの場合は1回接種のため、抗体価が低く感染の可能性があります。かかったことがない場合は、追加接種をお勧めします。

麻疹かも？と思った時は

発熱や発疹等の症状で麻疹かも、と思った場合には**病院受診が必要**ですが、受診前に必ず病院に電話をしてください。

1 病院にまず電話

あらかじめ病院に麻疹の可能性を考えていることを電話で伝える。

いきなり行かない

2 自家用車で病院を受診

- 公共交通機関は使用しない。
- 自家用車がなければワクチンを2回接種済みの方や中高年の方に送迎してもらって受診。
- 途中で寄り道をしない。

寄り道をしない

公共交通機関を使わない

絵本専門士さんが来所されます！

5月16日(土)は絵本専門士ケン先生の絵本読み聞かせ会です。
いつも専門士さんの視点でチョイスした親子で楽しめる絵本や、工夫やしかけに驚かされる絵本、ちょっとこわかったり、ウルウルしてしまうような絵本を魅力的に読み聞かせてくれます！
大人も子どももハマる絵本がきっとみつかるはず。
ぜひご参加ください！



*** 今月の予定 ***

- 12日(火) 親子で楽しむ運動あそび講座
※ずりばい～伝い歩きのお子さん 14:00～
 - 16日(土) 絵本読み聞かせ会 10:30～
 - 19日(火) 親子で楽しむ ENGLISH 10:30～
 - 22日(金) お誕生日会 11:00～
 - 25日(月) 赤ちゃん健康講座
「生活リズムとねんね」 10:30～
- ※7日(木)午前と11日(月)は閉所です
- ★講座の詳細は、施設内掲示/ホームページ「おしらせ」/公式LINE「投稿」をご覧ください。
★ご予約は公式LINEよりお願いいたします。
★身体計測・育児相談も随時承っております。