



崎山小児科・院内報

Kero Kero 通信

10月 2022年

第283号



インフルエンザと新型コロナウイルス感染症

8月にピークを迎えた新型コロナウイルス感染症の第7波の流行は、9月に入って新規感染者数が減少しましたが、学校や保育所単位で感染者が複数確認されることもあり、流行が落ち着いているとは言えない状況が続いています。現在流行しているオミクロン株は比較的症状が軽く済む傾向があり、またワクチン接種が進み、かかっても重症化しない人が増えていますが、おそらく新規感染者数がゼロになることはありません。ワクチンの効果で発病しても症状が軽く新型コロナウイルス感染症と気づかないままに通常の社会生活を送る人もいるはずで、街中に常に感染者がいる状況が継続するのです。コロナとともに生きるという意味の With Corona (ウィズ コロナ) の生活が求められます。崎山小児科でも今年1月以降に新型コロナウイルス感染症のPCR陽性者(あるいは抗原検査陽性者)はすでに1,400人を超え、今でも連日検査を希望される人が来院されます。新しい変異株が出現するのか、治療薬の開発が進むのか、ワクチン接種が順調に実施されるか、予測がつかないことが数多くあり、感染リスクを含めた生活上の支障をより小さくするために、よく考えて行動する必要があります。

その一方で、今年の冬はインフルエンザが大流行するかもしれません。今年の夏に乳幼児の間でRSウイルスやヒトメタニューモウイルスの大きな流行がありました。昨年に流行が全くみられなかったために、罹っていない、つまり免疫のない子どもたちが大勢いたために流行が大きくなったと言われています。そう考えると昨年インフルエンザがほとんど流行しなかったため、インフルエンザに対する免疫力のない人が多いはずで、インフルエンザの流行が危惧されるのはそのためです。

インフルエンザにかかると、症状からは新型コロナと区別ができず、診断に苦慮することが予想されます。できることなら新型コロナとインフルエンザと両方ともワクチンを済ませておきたいところです。崎山小児科でのインフルエンザの予防接種は10月4日朝9時から予約を開始します。詳しくは、「インフルエンザワクチンについて(2022年版)」(別紙ならびにホームページに掲載)をご覧ください。



子どもと運動



子どもは運動を通して心身全体を働かせて様々な活動を行うので、心身の発達にとって必要な経験が相互に関連しあい積み重なりあっていくことが言われています。そして、幼児期の遊びを中心とした身体活動を十分にすることは、多様な動きを身につけるだけでなく、心肺機能・骨形成にも寄与されます。神経機能の発達も著しく、タイミングよく動く瞬発力や力の加減をコントロールしたりするなどの運動を調整する能力も顕著に向上する時期と言われています。運動調整能力とは、状況に合わせて体をバランスよく動かせる能力のことです。例えば、走るときの体の姿勢や足の出し方や、ボール遊びの時に相手から投げてきたボールを上手くタイミングを合わせて取るなどです。そして幼児期の運動は、児童期以降の運動機能の基礎を形成するという重要な意味も持っています。

他にも運動を通して友人と強調すること、コミュニケーションをとりながらルールを守るなど社会性を培っていきます。ただ、幼児の発達は一様ではないため、一人一人の発達や身体的側面に留意する必要があります。

スポーツ庁が2021年12月に発表した2021年度の全国体力テストにて1日1時間以上運動すると答えた割合は小中男女いずれも減少しているというデータが出ました。コロナ禍により運動する機会が減っていることが要因と言われています。

暑かった夏も終わり、過ごしやすくなったこの時期に家族でお出かけされる際、どんぐり拾いや落ち葉拾いだけでも立ったりしゃがんだりする動作が生まれます。子どもにとってはできないこともたくさんありますが、子どもなりに考える力はあります。危険な時は大人の手助けはもちろん必要ですが、強制するのではなく、自己肯定感や達成感につながるよう親子のコミュニケーションの場にもなるといいですね。



■お知らせ■

10月から乳児医療証・子ども医療証が新しくなります。古い医療証は使用できませんのでご注意ください。



崎山先生の当番日

『府中市市民保健センター』042-368-5311

10/25(火)夜間診療(19:30~22:00)

ケロケロひろば 年内はお休みさせていただくことになりました。再開時にはぜひご参加お待ちしております。