

梅雨明けして本格的な夏が始まりました。30℃を超える日が連日続いています。水分補給を十分にしてお熱中症にならないように注意しましょう。

ミッキーのおすすめ健康レシピ

【豆腐アイス】

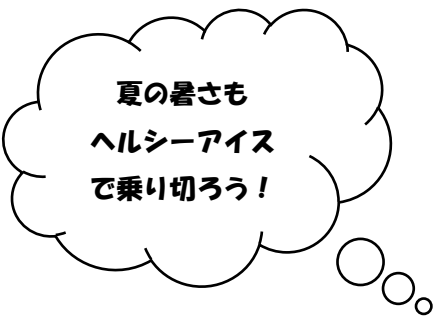
材料 (2~3人分)

絹ごし豆腐 1丁 生クリーム 100cc 牛乳 50cc

はちみつ 大さじ 5~6(お好みで) 黒蜜 適量

作り方

- ①豆腐の水をきり、キッチンペーパーで巻いて電子レンジ(500w)で3分~4分チンする。
- ②ボウルに豆腐を入れ、泡だて器で滑らかになるまで混ぜる。
- ③生クリーム、牛乳、はちみつを加え混ぜる。(はちみつはお好みで、無ければ砂糖でもOK)
- ④タッパ等の容器に入れ冷凍庫へ(タッパの場合蓋は使わず、ラップを蓋代わりにした方が良いです。)
- ⑤数時間おきに数回かき混ぜ、お好みの固さになったら黒蜜等をトッピングして完成♪



クックパッド 参照

【予防接種の基礎知識】

今回は「DPT-IPV (四種混合ワクチン)」についてです。

~DPT-IPV (四種混合ワクチン)~

定期接種 **不活化ワクチン**+**トキソイド** 皮下注射



☆ジフテリア、百日ぜき、破傷風、小児まひ(ポリオ)を防ぐ☆

ジフテリアは発熱、のどの腫れ、咳。百日ぜきは長く続く咳。破傷風は顔のひきつり、筋肉の硬直が特徴。小児まひは重症になると手足にまひが残ることも。特に百日ぜきは、6カ月未満で発症すると重症になりやすいので、3カ月になったら優先的に接種しましょう。

☆定期接種対象月齢☆ I期は3カ月~7才6カ月未満に4回接種。3カ月~1才に3~8週間の間隔で3回、3回目から6カ月以上あけて1回追加接種が理想。II期はDT(二種混合)を11~12才頃に1回接種。

☆接種回数☆ 計5回

☆別の予防接種との間隔☆ 中6日以上

☆効果の持続期間☆ 5~10年(2回接種でほぼ免疫ができます)

☆副反応チェックポイント☆

ホームケアでOK

- 接種部分が腫れる
- 37.5度程度の発熱



ホームケアをしながら日中の診療時間内に受診しましょう

- 腕全体など広範囲でパンパンに腫れる
- 39度以上の発熱
- 機嫌がひどく悪い

最新!赤ちゃんの病気新百科 ベネッセコーポレーション 参照



製作よくばりアイデア150 ひかりのくに 参照

☆保護者のみなさまへ☆

- *持ち物に名前がない方が最近増えています。すべての持ち物に名前を記載してください。
- *当日キャンセルは朝の7:30までをお願いします。
- *朝の受付時に頂く利用料の2,000円はおつりがないようにお願いします。