

赤ちゃんのいるご家族へ



赤ちゃんのお誕生おめでとうございます。
新型コロナウイルス感染症から、お子さんの健康を守るためのポイントをまとめました。

赤ちゃんの新型コロナウイルス感染症に関しては、大人と比べると症状が軽いことが多いという報告がありますが、重症化する可能性もあるため、感染予防に努めましょう。



長野県健康福祉部 保健・疾病対策課
信州母子保健推進センター

Q

感染予防のためにどのようなことを心がければいいですか？

A

まずは、ご家族の感染予防に努めましょう。

乳幼児を含めた子どもの感染は、家庭内から広がる場合が多いです。そのため、まずは、ご家族の感染予防に努めてください。



- ▶ 不要不急の外出を控えましょう。
- ▶ こまめに手洗いをしましょう。

手洗いはお子さんと一緒に楽しく行いましょう！

- ▶ 人混みを避けましょう。
- ▶ ①密閉空間、②密集場所、③密接場面の3つの「密」を避けましょう。
- ▶ 十分な睡眠、バランスのよい食事を取り、毎日検温をして、健康管理に努めるようにしましょう。



※喫煙は肺炎重症化のリスクになります。
家庭内で受動喫煙がないよう気をつけましょう。

新型コロナウイルス感染症に関する 相談・受診の目安

お子さんに次のいずれかの症状がある場合は、まずは、電話でかかりつけ医など身近な医療機関へご相談ください。

- 機嫌がわるい、ぐずぐずしている
- 呼吸があらくぜえぜえしている、顔色が悪い
- 水分がとれずぐったりしている、おしっこが出ない
- 高熱等の強い症状がある
- 発熱や咳などの比較的軽い風邪の症状が続く



かかりつけ医等を持たない方や、土日祝日や夜間など、相談先に迷った場合は、お住まいの市町村を管轄する受診・相談センターにご相談ください。

※特に基礎疾患をお持ちのお子さんは、早めの相談をお勧めします。

長野県「新型コロナウイルス感染症
対策総合サイト」



製作 長野県健康福祉部 保健・疾病対策課

TEL : 026-235-7141

FAX : 026-235-7170

令和3年5月発行



- 乳幼児健診は、子どもの発達や健康状態を定期的に確認し、相談する大切な機会です。適切な時期に乳幼児健診を受け、育児で分からないことがあれば、遠慮せずに医師、保健師、助産師、栄養士などに相談しましょう。



(感染の状況等を踏まえ実施方法等を変更している場合がありますので、お住まいの市町村の保健師へお問い合わせください。)

医療機関や健診会場では、換気や消毒を行うなど、感染防止対策に努めています。

受診にあたってのお願い

- ・受診の前には、体温を測定するなど、体調に問題がないことを確認してください。
- ・受診は可能な限り、受診児と保護者1名とするなどきょうだい等の同伴を避けてください。
- ・医療機関を受診する際には、事前に電話連絡をした上で、マスクを着用^{*}するほか、手洗いや咳エチケットの徹底をお願いします。



※ただし2歳未満の乳幼児は窒息や熱中症のリスクなどからマスクの着用は推奨されておりません。手洗いなど、他の予防策の徹底をお願いします。

Q

感染予防のために予防接種や乳幼児健診は遅らせた方がいいですか？

A

どちらも、赤ちゃんの健やかな成長に必要なため、**遅らせることなく、適切な時期に受けるようにしましょう。**

- 予防接種のタイミングは、感染症にかかりやすい年齢などをもとに決められています。特に、生後2ヶ月から予防接種を受け始めることは、お母さんからもらった免疫が減っていくときに赤ちゃんがかかりやすい感染症（百日咳、細菌性髄膜炎など）から守るために、とても大切です。





相談窓口

こんな時には…	窓 口	連絡先
発熱、倦怠感などの症状がある 新型コロナではないかと不安	受診・相談センター	佐久：0267-63-3178 上田：0268-25-7178 諏訪：0266-57-2930 伊那：0265-76-6822 飯田：0265-53-0435 木曾：0264-25-2227 松本：0263-40-1939 大町：0261-23-6560 長野：026-225-9305 北信：0269-67-0249
	県保健福祉事務所 ※県が委託した「受診・相談コールセンター」が受付し、お近くの医療機関をご案内します(24時間対応)	
	長野市保健所(24時間対応)	平日(8:30~17:15) 026-226-9964 休日・夜間(17:15~8:30) 026-226-4911
	松本市保健所(24時間対応)	0263-47-5670
	多言語コールセンター (24時間対応)	0120-974-998
ワクチンの予約や接種場所など一般的な ことについて知りたい	お住まいの市町村に お問い合わせください	
ワクチンの効果や副反応等、専門的な ことについて知りたい	ワクチン接種相談センター (24時間対応)	026-235-7380
「眠れない」「不安で 落ち着かない」など 気分がすぐれない	こころの相談 窓口(県精神保健福祉センター) (8:30~17:15(土日・祝日除く))	026-266-0280
育児について不安が ある	妊娠～子育てほっとライン信州 (子育て女性健康支援センター) (火曜、木曜10:00~16:00)	0263-31-0015
子どもの体調の急変 などで受診に迷った とき(夜間相談)	子ども医療でんわ相談 (19:00~翌8:00(無休))	#8000 または 0263-34-8000