

2026年 10・11月 新宮市 あんしんルーム だより



厳しい暑さも和らぎ少しずつ過ごしやすい日が増えてきました。
昼夜の気温差も大きく体調を崩しやすい時期でもあります。
感染症対策をしっかりと行っていきましょう。



インフルエンザについて

インフルエンザの感染について、ちらほらとみられるようになりました。
感染力が強いため、感染を防ぐためにも流行前に予防接種を受けて予防につなげましょう。
いつもと違うと感じたら、早めに医療機関へ相談しましょう。



感染症予防について

これから冬にかけて、感染症が流行しやすい季節です。
家族みんなで予防して、元気に過ごしましょう。



【手洗い・うがい】

外出後は必ず石けん
を使った手洗いと、
ガラガラうがいを習
慣にしましょう。

【咳エチケット】

咳・くしゃみをする
際に、マスクや
ティッシュ・ハン
カチ、袖を使って、
口や鼻をおさえま
しょう。

【室内の換気】

室内の乾燥に気をつ
け、こまめに換気し
ましょう。

【休息と栄養】

十分な休息と、バ
ランスの取れた栄
養を摂り、こまめ
に水分補給をしま
しょう。

9月利用者の病名

風邪

咽頭扁桃炎

胃腸炎



利用登録のお願い

ご利用するには登録が必要です。
登録の手順など、詳細については
ホームページをご確認ください。
ホームページの二次元コードはこちら⇒



お問い合わせ先

新宮市病児病後児保育施設「あんしんルーム」
TEL：0735-29-1313
新宮市子育て推進課
TEL：0735-23-3344