

ほけんだより

平成28年度11月
綾瀬ゆめっこ保育園

朝晩だいぶ冷えてきましたね。秋から冬へとバトンタッチする時期、一日の気温差が激しいので風邪をひきやすい時期であり、子どもの服装にも少し迷う時期ではないでしょうか？今のこの時期から、衣類の調節をしながら薄着の習慣をつけて、病気に負けない丈夫な身体作りをしていきましょう。

ウイルス性胃腸炎

飛沫・経口感染し、1~2日間の潜伏期間を経て嘔吐、下痢、腹痛 37度台発熱が見られます。症状はノロウイルスが1~2日、ロタウイルスは5日程度続きます。感染症胃腸炎はとても感染力が強いです。どの感染症にも共通しますが手洗い・うがいが一番の予防法です。

かぜをひいてしまったら
寒くなると、かぜをひく子どもが増えます。もしひいてしまったら、周りの人にうつさないように気をつけましょう。

- くしゃみやせきが出そうなときは、口に手を当て、後で手を洗いましょう。
- 鼻水が出たらティッシュペーパーで片方ずつかみ、ゴミ箱に捨ててから手を洗いましょう。
- 症状があるときは必ずマスクをしましょう。

綾瀬市内でウイルス性の胃腸炎が開始したそうです。感染症予防の為、送迎時に必ず**アルコール消毒**をしてから各教室をお願いします。

嘔吐物の処理方法

1. 窓を開けます。
2. マスク、ゴム手袋をします。
3. 嘔吐物に新聞やキッチンペーパーをかぶせて、ウイルスが舞い上がらないようにします。
4. その上から塩素系の消毒剤をしみこませ、広がらないようにします。
5. 嘔吐物をふき取り、もう一度塩素系の消毒剤でふき取ります。
台所用ハイター、台所用泡ハイターも有効です。
6. 使用した新聞紙、キッチンペーパー、手袋、マスクはビニール袋に入れしっかり口を縛り捨てましょう。
7. 処理が終わったら必ず手洗いをしましょう。

保育園で感染症と思われる嘔吐、下痢があった場合

保育園で感染症と思われる嘔吐、下痢があった場合洋服・うわばきなどに付いた嘔吐物、下痢便は、二次感染防止の為、下洗いなどは行わず、そのままビニール袋に入れてお渡しします。

- お家での処理の仕方・・・ご家庭の状況に合わせて処理の仕方を選びましょう。
- * 塩素系の消毒液を入れたバケツなどに嘔吐物の付いた物を入れ、着け置きする。
(色柄物の洋服は色落ちする事があります。)
 - * 大きな鍋で嘔吐物の付いたものを85℃以上の熱湯に入れてそのまま2分以上熱湯消毒をする。
 - * ビニール袋に入れたまま破棄する。

感染しない為にも使い捨て手袋、マスクを着用して処理をしましょう。処理が終わったらしっかり手洗いをしましょう。

さあ、みんなで手をあらおう!!

1. 氷で手をぬらして
2. せっけんを手にとって
3. あわ立てブクブク
4. 手のこもモミモミ
5. ゆびのあいだモミモミ
6. おやゆびクルクル
7. 手のひら・ゆびのさきゴシゴシ
8. 手くびクルクル
9. しっかりながして
10. きれいにふいて

換気をこまめに

冬は寒くて窓を開ける回数が減り、室内の換気が十分できていないことがあります。暖房によって、室内の空気が汚れて頭がぼんやりしたり、かぜやインフルエンザのウイルスが増えたりします。健康に過ごすためにも、1時間に1回は窓を開けて換気するようにしましょう。

