

# ほけんだより



寒い日もあれば日中は暖かかったりと洋服選びに迷ってしまいますね。園内は空調で調節しています。動き回る子供たちは厚着では汗をかいてしまうので薄着にしましょう。今年の冬は新型コロナウイルスとインフルエンザウイルスが同時に流行る可能性があると言われています。また、お腹の風邪も流行り始めています。引き続き感染症の予防の基本である手洗いやうがいの徹底、栄養バランスの取れた食事と休養を心がけましょう。

知っておこう

## おう吐物の処理

冬場に流行するウイルス性胃腸炎は、ノロウイルスやロタウイルスなどによって感染します。家庭でも二次感染予防のために、おう吐物の処理にご留意ください。

- ① 窓を開けて使い捨ての手袋とマスクを着け、使い捨ての布などでおう吐物を周辺からふき取る。
- ② 次亜塩素酸ナトリウム（塩素系漂白剤）を薄めた消毒液で、おう吐物のあった部分を再度ふく。汚れた物はすべてポリ袋に入れ、それらは、消毒液をかけてから密封して捨てる。
- ③ おう吐物の付いた服は、85℃以上の熱湯に1分間つけてから洗濯する。
- ④ さらに乾燥機にかけたり、アイロンをかけたりすると、熱に弱いノロウイルスは死滅しやすい。



## 消毒液(塩素系漂白剤使用)の作り方

おう吐物、ふん便処理  
約 0.1%希釈液

ドアノブ、便座、調理器具、衣類の消毒  
約 0.02%希釈液

水  
500ml

塩素系漂白剤  
約 0.1%希釈  
10ml (PET キャップ2杯)  
約 0.02%希釈液  
2.5ml (PET キャップ 1/2 杯)



感染性胃腸炎（移るおなかの風邪）と診断された場合、**登園届の提出**をお願いします。（医師より登園許可をもらい、保護者が記入するもの）

## やけどに注意

冬はやけどの多い季節です。電気ポットのコードを引っ張ったりストーブやアイロンにさわったりしないよう注意しましょう。  
やけどをしたら流水で 10～20 分以上冷やし水ぶくれや手のひら以上の大きさの場合は受診をしましょう。  
広範囲の場合はバスタオルやシーツを濡らしてくるみ受診しましょう。  
またこたつやホットカーペット、カイロなどによる低温やけどは痛みを感じにくく、深くなり重症化しやすいので注意しましょう。



## 感染症情報 (10/29～11/28)

新型コロナウイルス感染症 2 名  
感染性胃腸炎 4 名

## 年末年始の過ごし方

おでかけも多く不規則な生活になりがちですが、睡眠をしっかりとりましょう。また空気も乾燥していますので湿度を保ち、手洗いうがいをして感染症の予防に努めましょう。



## 保健行事

12/22 0.1 歳児健康診断  
毎月 身体測定(身長・体重)