

# ほけんだより

## 11月

尚徳福祉会 とちょう保育園

10月の中旬以降、急激に気温と湿度が下がり、乾燥した気候が続いています。各クラス、鼻水や咳、お肌のカサつきが出ているお子さんも見られてきました。園の加湿器もフル稼働開始です。

気になるインフルエンザ流行は、南半球の状況が予測の参考になるといわれています。今年夏のオーストラリアでインフルエンザの報告例は少なかったものの、内訳としては5歳未満と60歳以上に多い傾向がありました。重症化や合併症を防げるワクチンは小さいお子さんには大きな助けとなります。職員も流行に備え、毎年ワクチン接種を受けて保育にあたっております。

予防接種後は、副反応による発熱等に備え保護者の方の見守りが必要です。  
休日または降園後に受けていただくよう、ご協力をお願いいたします。

### 感染性胃腸炎は11月～2月が集団感染のおきやすい時期です！

ノロウイルスやロタウイルスによる胃腸炎が流行する季節になります。園では新宿区の指導により、園内の感染流行を防ぐために、嘔吐や下痢などで汚れた衣服は洗わず、ビニール袋に密封してお返しています。ここでは、ご家庭での消毒方法をご紹介します。ご理解とご協力をお願いいたします。

①手袋とマスクをつける（ガウン代わりに100円ショップのレインコートを着るとなおOK）  
素手で触れないよう、ウィルスを含めないよう防備を！使い捨てグッズを備えると安心

②換気しながら、ビニール袋を開封する（2重になっています）

③消毒する

85℃の熱湯に1分間 又は 塩素系漂白剤に10分間つける（色落ち注意です）

例：ハイター・キッチンハイターなら水3ℓに10ml

（購入から時間が経過すると濃度が低下するのでご注意ください。花王サイトより）

④水で消毒液を流し、洗濯する

⑤身に着けていたものはポリ袋に密封して捨て、しっかり30秒石けんで手洗いする

👉 自宅で嘔吐や下痢をした時、吐物や便がついた場所の消毒は、換気をしながら、  
水500mlにハイターをペットボトルキャップ2杯10mlで、使い捨ての布やペーパーで拭きそうじをします。金属部分は腐食することがありますので、後で水拭きします。



## 冬場に多い おう吐・下痢

胃腸炎の症状は、嘔吐から始まり下痢に移行します。発熱することもあるので、脱水症状予防がとても大切です。  
嘔吐後は1時間半～2時間程度時間を空けて、少しずつ…  
経口補水液や乳幼児用イオン飲料で水分摂取します。  
母乳・ミルクでも同じように、少量ずつ飲ませます。

### おう吐・下痢のケア



まずスプーンで1口。吐き気がなければ、10分おき程度に1口ずつ。徐々に2口と増やす。

おしりはこすらずにお湯洗い。軽く押さえてふく。保湿剤を塗って荒れ予防を。

### ノロウイルスは…

1mの高さから嘔吐すると飛沫は半径2.3mまで広がり、小さい粒子は数時間漂います。

東京都健康安全研究センター

消毒は広範囲に！

### 身長・体重グラフを配ります

園医によると（個人差があるため）いくつかある線のどれかにおおむね沿って伸びていれば順調に成長しているとのことです。  
半年間の成長をご確認ください。

### 今月の保健行事

身体測定 11月16日（火）

0歳児健診 11月26日（金）14:30