



秋分の日を超えてもなお記録的な暑さが続いています。それに伴い、通常ですと夏に流行する手足口病が未だなお増加傾向にあり、更に、秋以降に流行するマイコプラズマ肺炎やA群溶血性レンサ球菌咽頭炎も増えてきています。季節の変わり目で身体が疲れやすい時期でもありますので、十分な食事と睡眠を取って体調を整えましょう。

## 🦠 感染症対策を見直しましょう!! 🦠💧🌸🦠💧🌸

夏の感染症が尾を引いている中、これからインフルエンザやウイルス性胃腸炎等の秋冬に流行する感染症も増えることが予想されます。

ほとんどの感染症が“飛沫感染”と“接触感染”になる為、基本的な感染対策を徹底することが重要になってきます。手洗い・うがい・マスクの着用を効果的に行えるよう、改めて正しい方法を確認をしていきましょう!

	飛沫感染	接触感染	経口感染
マイコプラズマ肺炎	○	○	×
A群溶血性レンサ球菌咽頭炎	○	○	○
インフルエンザ	○	○	×
ウイルス性胃腸炎	○	○	○

### ■手洗い■

**①手洗い 正しい手の洗い方**

手洗いの前に、爪は短く切っておきましょう。時計や指輪を外しておきましょう

- 流水でよく手をぬらした後、石けんをつけ、手のひらをよくこすります。
- 手の甲をのばすようにこすります。
- 指先・爪の間を念入りこすります。
- 指の間を洗います。
- 親指と手のひらをねじり洗います。
- 手首も忘れずに洗います。

石けんで洗い終わったら、十分に水で流し、清潔なタオルやペーパータオルでよく拭き取って乾かします。

### ■うがい■

水道水でOK

多すぎず、少なすぎず適量で

口の中の食べかすを浮かせて吐き出す

1.コップに水を用意して

2.口に半分ぐらい、水を含み

3.正面を向いたまま「ブクブク」と

「あー」や「うー」と声を出して

ガラガラ

1回は15秒ぐらい

4.もう一度、口に水を含み

5.顔を上に向けて「ガラガラ」と

6.「ガラガラ」うがいは2~3回

### ■マスクの着用■

**正しいマスクの着用**

- 鼻と口の両方を確実に覆う
- ゴムひもを耳に掛ける
- 隙間がないよう鼻まで覆う

## 感染症発生状況 (9月~10月)

- ・手足口病 22人
- ・ウイルス性胃腸炎
- ・ヘルパンギーナ
- ・コロナウイルス感染症
- ・インフルエンザ

■治癒後の登園時に、「登園届」や「意見書」が必要な感染症があります。「保育園のしおり」をご確認ください。「ヒトメタニューモウイルス」は、記載がありませんが、「登園届」が必要になります。登園の目安などは「RSウイルス」の欄を参照してください



## 寒くなってきても、動きやすい洋服を!

厚手の衣服は熱がこもってしまうだけでなく、汗をかいて体が冷え風邪をひいてしまうこともあります。下記の衣服は避けるようにし、薄手の衣服や、上着についてはフードのないウィンドブレーカーのようなものでお願いいたします。

- ×裏起毛
- ×フリース素材
- ×中綿やダウンの上着



## 感染症と診断された場合は必ずお知らせください

インフルエンザやコロナウイルスの他、胃腸炎、溶連菌やプール熱など感染症と診断されましたら、**診断後すぐに**保育園までお知らせいただくようご協力をお願いします。インフルエンザにかかったことを保育園に伏せ、「解熱後間もないけれど元気だし登園させても問題ないだろう」と判断し無理に登園されると、お子さまの体に負担がかかりかえって回復が遅くなってしまったり、他の園児に感染が拡大し中には重症化してしまうお子さまが出てしまう場合もあります。



お仕事を長くお休みすることが難しかったり、どなたにも預けることが出来ない場合は、「ほけんだより 夏号」でお知らせいたしました病児保育や病後児保育のご利用もご検討をお願いします。(感染症の種類により受け入れできない施設もありますので各施設にお問い合わせください。)



30秒間しっかり洗うことがポイントです! お子様とできる手洗いの歌の動画になりますので、参考にしてみてください!