



ほけんだより

2020年12月号
社会福祉法人夢の成る木 ひなた保育園
園長 吉川 孝道



感染症

【12/29~1/3】年末年始休暇の過ごし方

令和2年も残りわずかとなりました。保育園がお休みになり、子どもの(大人も?)生活リズムが乱れ、体調が崩れやすくなりますので、次の事を気にかけて長いお休みを元気に過ごし、新しい年を元気いっぱい、笑顔で会いましょう。

いつもの時間に起きたり、寝たりしましょう。
ごはんをしっかり食べましょう。食べ過ぎないで...
元気に外であそび、遊んだ後は手洗いうがいしましょう。
人がたくさんいるところでは、マスクをしましょう。

新型コロナウイルス感染者が増え続ける中、年末年始休暇に入ります。3密を完全に避けられない状況での長いお休みを過ごすことになります。

お休み中にお子様、ご家族の体調不良が見られた際は、無理せず、ご家庭で経過を観察して下さい。

- ①感染者(濃厚接触者含む)が発生した場合
- ②感染症の疑いがある症状が見られた場合
- ③PCR検査を受けた
- ④PCR検査を受ける予定

もし上記の事がありましたら、お休み中でも必ず保育園へご連絡下さいますようお願いいたします。

070-1186-8857 (24時間受付)

インフルエンザ

インフルエンザにかかるとう感染防止のため、数日間は保育園をお休みしなければなりません。その登園停止期間には定めがあり、保育園の場合は「発症した後5日を経過し、かつ解熱した後3日を経過するまで」となっています。が、言葉ではわかりづらいので早見表と照らし合わせてみるといいでしょう。

休暇中に完治した場合も登園初日に保育園職員にお伝えして下さい。

例	発症後5日間(出席停止期間)					発症後5日を経過			
	0日目	1日目	2日目	3日目	4日目	5日目	6日目	7日目	8日目
発症後1日目に解熱した場合	発熱	解熱	1日目	2日目	3日目	発熱	登園OK		
発症後2日目に解熱した場合	発熱	発熱	解熱	1日目	2日目	3日目	登園OK		
発症後3日目に解熱した場合	発熱	発熱	発熱	解熱	1日目	2日目	3日目	登園OK	
発症後4日目に解熱した場合	発熱	発熱	発熱	発熱	解熱	1日目	2日目	3日目	登園OK

嘔吐

冬の時期に気をつけたいのが「感染性胃腸炎」です。ノロウイルス、ロタウイルスなどに感染すると、嘔吐・水下痢・腹痛症状が起こります。高熱はあまり出ませんが、嘔吐や下痢で体内の水分が失われ、脱水症状になると危険です。

予防方法は、外出後、食事の前、トイレの後、オムツ交換や便・嘔吐物を処理した後は、流水と石鹸による手洗いをしっかり丁寧におこない、ウイルスを流しましょう。汚れた手で蛇口に触れた場合は、蛇口も一緒に洗い流しましょう。

また、ノロウイルスやロタウイルスにアルコール消毒は効果がありません。汚れた服は「塩素系」と書かれたハイターなどで(ワイドハイターは×)消毒しましょう。ただし、色落ちが気になる時は熱消毒で殺菌を行ってください。

ちなみに....

アルコールはノロやロタに効き目はありません。



◆ご家庭での嘔吐物処理方法◆

【嘔吐物消毒方法】

- ①加熱による消毒 85℃で1分以上の加熱
 - ★熱湯
 - ★スチームアイロン (一か所あたりに2分間程度加熱)
- ②消毒剤による消毒 塩素系漂白剤
 - ↑キッチンハイターやブリーチなど
 - ★0.1%次亜塩素酸ナトリウムによる消毒

【消毒液の作り方】

2ℓのペットボトルに水を加えて、キャップ2杯の次亜塩素酸ナトリウムを加えてよく混ぜる。