

ほけんだより

平成29年度 12月号 社会福祉法人晋栄福祉会
新福島ちどり保育園
担当 小城久美子

朝夕冷え込むようになり、一日のうちの寒暖の差が激しいと、風邪をひきやすくなります。これからやってくる本格的な冬に向けて、こまめに手洗い・うがいを実施し、体調を崩さず年末を元気に過ごしましょう。

感染症に 気をつけて下さい！



子どもたちが集団生活をする中で、感染症は避けたい病気です。それぞれの感染経路や効果的な予防を知ることで、子どもたちを感染症から守りましょう。症状には個人差があります。医師の診断をおおいだうえ、「学校感染症等に係る登校・登園に関する意見書」を頂いて登園をお願いします。

保育園玄関にアルコール消毒液を設置しています。感染予防の為、アルコール消毒のご使用宜しくお願い致します。



《感染性胃腸炎について》

- 「感染性胃腸炎」は細菌・ウイルス・原虫などの病原微生物を原因とした、下痢・嘔吐等の消化器症状を起こす感染症の総称です。一年を通じて発生しますが、例年、晩秋から冬季に多くなります。症状は嘔吐、腹痛、下痢（水様便、血便）などの消化器症状が出現し、発熱することもあります。
- 予防方法は手洗い、うがいです。トイレの後、調理の前や食事の前、おむつ交換後などは、特に手をよく洗います。

※衣類が嘔吐物で汚れてしまった場合は洗わず、ビニール袋に入れてご家庭にお返しします。

＜ご家庭での洗濯方法＞

嘔吐物が服などに付着した場合は、使い捨ての手袋をつけてから50倍に薄めた塩素系漂白剤に5～10分程浸してください。しかし、漂白剤なので色落ちてしまうかもしれません。色落ちが心配なものには、85度以上の熱湯に2分以上浸してもよいでしょう。消毒したものは、他の洗濯物とは別に洗ってください。

※50倍に薄めた塩素系漂白剤

水（ペットボトル500ml）に市販の塩素系漂白剤をペットボトルキャップ2杯（10cc）入れたものが50倍になります。誤って飲まないように気を付けてください。使用したら作り置きはせずにすぐに捨ててください。

★ご家庭で、嘔吐・下痢の症状があった場合は必ず保育園にお知らせください。

インフルエンザについて・・・

- インフルエンザと診断されたら必ず保育園にお知らせください。
- 医師の指示に従い、登園の際は医師の書いた「意見書」の提出が必要になります。
- 意見書の用紙が必要な方は、保育園にありますので申し出てください。（医療機関により有料となる場合があります）



インフルエンザの主な症状（潜伏期間は1～4日）

- 急激に高熱がでる ・頭痛 ・さむけ ・のどの痛み ・せき ・鼻水 ・筋肉痛や関節痛
- 腹痛 ・下痢 ・嘔吐 など

- 2～3日で熱が下がっても、他の症状が1週間くらい続き回復するまでに10日～2週間かかることもある。

- 登園基準は「発症した後5日を経過し、かつ解熱した後3日を経過をするまで」となります。

肺炎、脳炎、中耳炎など合併症をおこすことがあり注意が必要です。

★かぜと区別しにくい場合もあり、受診し確認してください。



上手な手洗いの仕方 ～しっかり丁寧に洗って、ばい菌を流しましょう！～

あわあわのうた

おねがい、おねがい
カメさん、カメさん
あ の さ ん か く の
お山のうえで
おおかみ
おとつとつと
おとつとつと

いそいでバイクを
ぶるるんうんてん
さきいっぽつ
つかまえた！
ありがとうカメさん
みんな
ごちそうです
手をあらいますよ
タオルでふいたら
いただきます

ピオレマの
あわあわのうた

じゅんばんに
ボイスをつくって
ゴシゴシと
手をあらいますよ！

1 おねがいのボイス

手のひらをお互にすりすり、
すきははらなぬい、
とろろとすりすり、
とろろとすりすり、

2 カメのボイス

親子カメのように、
両手を重ねてすりすり、
忘れずに手の甲もあらう、

3 お山のボイス

指と指を離して三角の
お山を作ってゴシゴシと、
洗いきれぬ指の間も忘れず、

4 おおかみのボイス

おおかみのように、
つめを立てて、ゴシゴシと、
甲に隠れたバネも忘れずあらう、

5 バイクのボイス

バイクの運転かたい、
腕を引っ張って、
お口に入りやすい指先から、

6 つかまえたのボイス

両手を握りしめて、
両手を握りしめて、
両手を握りしめて、

10秒ももて下さい！

ふいて、タオルで