



ほけんだより 1月号



あけましておめでとうございます。お休みは楽しく過ごせましたか？
つい不規則な生活をしたり、食べ過ぎたりしませんでしたか？
今年も子どもたちが健康に過ごせるように、ほけんだよりを通して病気の
予防法などをお伝えしていきます。本年も宜しくお願いいたします。

感染性胃腸炎が流行りはじめています

ノロウイルスやロタウイルスなどのウイルスが原因で、吐き気や嘔吐、
下痢、腹痛などの症状が見られ、発熱する場合があります。
嘔吐や下痢がある場合は早めに病院で診てもらい、脱水にならないよう、
こまめな水分補給を心がけましょう。また、吐物や便にはウイルスが含
まれているので適切な処理をし、片付け後は、手洗い・うがいをきちんと
行ってください。当園では、嘔吐や下痢がある場合、なるべく早めのお迎えと
症状が落ち着いてから1日は自宅等で様子を見ていただきたいと思ひます。
ご理解ご協力の程よろしくお願いいたします。



汚れた衣類は…

塩素系漂白剤を薄めたもの（1
リットルの水に漂白剤のキャ
ップ1杯）に10分浸けるか、
85℃の熱湯に1分以上浸け消
毒します。



消毒ができれば洗濯機に
入れても大丈夫です。

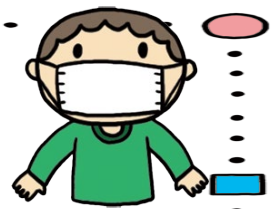


汚れた場所もしっかりと
消毒を行いましょう。



●咳エチケット

咳やくしゃみをする時は、病気が広がらない
よう周囲への気配りが必要です。咳エチケッ
トを守り、感染を防ぎましょう。



鼻をかんだ後のティッシュペーパーは、
すぐにゴミ箱（できればふた付き）に
捨てましょう。

せきやくしゃみをするときは、ティッシュペーパー
で鼻や口を押さえ（もしくは自分の腕で口を覆い）、
周りの人を避けて行いましょう

