



ほけんだより 2月号

2026年1月30日
企業主導型保育所
OUR S b a b y
保健課

気温が低く乾燥した日が続いています。2月4日は暦の上では立春で春を迎える時期とされていますが、一般的に1月下旬から2月にかけて最も寒くなると言われて言います。感染症もまだまだ流行するので、感染対策を行い予防に努めましょう。

あう吐で汚れた服を消毒するときは……

ノロウイルスやロタウイルスによる「ウイルス性胃腸炎」の報告がありました。園では、お子さんがおう吐した場合、園内の感染流行を防ぐために、洗わず、密封してお渡ししています。ご家庭で消毒・洗濯をしていただくよう、ご理解とご協力をお願いします。

① 手袋とマスクをつける

素手で触れないよう、ゴム手袋や使い捨てのビニール手袋をつけましょう。また、使い捨てマスクをつけておくと安心です。

② 換気しながら開封する

吐いたものにウイルスが含まれていることがあります。乾燥したウイルスが体内に入ると、感染することがあるため、必ず換気ができる場所で袋を開けましょう。

③ 汚れを取り除く

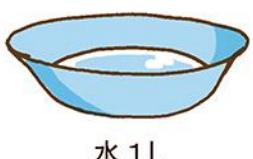
服についた汚れをペーパータオルなどでふき取ります。取り除いた汚れにはウイルスが含まれているおそれがあるので、汚れをふき取ったペーパータオルはポリ袋を二重に密封して捨てましょう。



④ 消毒液を作る

塩素系消毒薬を、0.1%の濃度に薄めます。製品に記載されている希釀方法を守りましょう。

目安は……



注意! 色落ちします!

塩素系消毒薬は、衣類につくと色落ちします。色落ちさせたくない場合は、85度以上の熱湯に1分間つける方法もあります。

(製品濃度 6% の場合)

⑤ 消毒液にしっかり浸す



消毒液が行き渡るよう衣類を広げ、しっかり消毒液に浸します。

⑥ ほかのものと分けて洗濯する

消毒が終わったら、ほかの衣類と分けて洗濯します。

⑦ 手などをよく洗う

処理に使った使い捨て手袋やマスクはポリ袋に密封して捨て、最後に手を流水とせっけんでよく洗いましょう。

♪ ノロウイルス

ノロウイルスは、牡蠣、あさり、ホタテ等の二枚貝の消化管に潜んでいて、食べた人の腸内で増え、微量の菌でも感染します。1～2日の潜伏期間を置いて、悪寒、発熱、下痢、嘔吐、腹痛などの症状が出ます。症状がある場合は早めに受診をして、脱水症状にならないよう、こまめな水分補給を心がけましょう。症状が治まても2～3週間は便の中にウイルスが出ることがあります。二次感染をしないよう、十分な注意が必要です。



嘔吐の症状がある場合は、吐いた直後に水分をとらせると、また吐いてしまうことがあります。水分を飲ませる時は、様子を見て、顔色がよくなり吐き気が治まつたら少しづつ飲ませましょう。

下痢の症状がある場合は、油物を避け、野菜スープや味噌汁などの温かい物を薄味にして出しましょう。また、りんごやにんじんには整腸作用があるので、りんごのすりおろしを与えてたり、にんじんをおかゆに混ぜたりして調理するのもお勧めです。

◎不要なタオルの収集に、多くのご協力をいただきありがとうございました。



豆まき、ちょっと工夫しましょう

2月3日は節分の日。豆まきは楽しい行事ですが、いり豆は窒息の原因となりやすい食べ物です。のどにつまらせたり、くだけた豆が気管に入り、誤嚥を生じることがあります。歳ごろまでは食べさせないようにしましょう。くだいた豆も危険です。また、家の中にもいた豆を拾って口に入れないように注意しましょう。

豆を食べるときは……

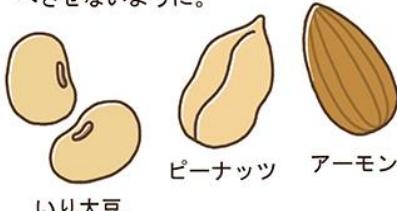
●落ち着いて食べる

きちんと座らせ、人が見守るところで食べさせましょう。



こんなものにも要注意！

いり大豆やナツツ類も3歳までは食べさせないように。



いり大豆

●水分をいっしょにとる

のどをうるおして、飲み込みやすくなります。

