



# たんぽぽだより

平 29 年 11 月号 No25

砂川市病児・病後児保育施設

TEL 0125-54-2278

木の葉も落ち始め、朝夕めっきり冷え込み、秋から冬への移り変わりの季節になりました。かぜのウイルスは、寒さと乾燥が大好きです。手洗い・うがいをしっかり行い風邪や感染症を予防しましょう。室内の湿度を50%~60%くらいに保つ事も大切です。お子さんの体調管理に十分な配慮をしながら元気に過ごしまし

## 感染性胃腸炎が流行り始めています

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。下痢や嘔吐がある場合は早めに病院で診てもらい、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。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。



### 汚れた衣服は…

85℃の熱湯に1分以上浸けるか、塩素系漂白剤を薄めた物で消毒します。



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。



### インフルエンザのお話①

## インフルエンザの予防

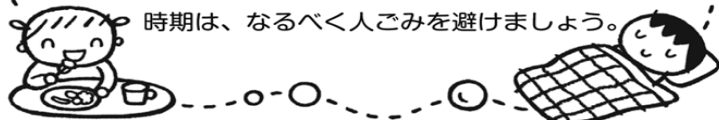
インフルエンザへの感染や重症化の予防として、ワクチン接種があります。接種してから効果を発揮するまで2週間はかかるとされています。2回接種の場合、1回目から2~4週間あけて2回目を接種します。流行する前に接種しておくといいですね。

※卵アレルギーやけいれんの既往症などがある場合は、接種できないことがあります。医師と相談しましょう。



日常生活では、加湿器やぬれタオルなどで室内の乾燥を防ぎます。外出後の手洗い・うがいや十分な睡眠、バランスの取れた食事を心がけ、免疫力を高めておきましょう。インフルエンザが流行している

時期は、なるべく人ごみを避けましょう。



### 手洗い・うがいをしよう!!

風邪・インフルエンザ・その他の感染症予防のために、外出後は必ず、手洗い・うがいを習慣にしましょう。(手洗いの時は、せっけんを使いましょう。)



### 保育室の様子

