



ほけんだより



感染性胃腸炎（嘔吐・下痢）
が流行っています！

多摩府中保健所より、保健所圏域内で感染性胃腸炎
がはやっており、感染予防及び拡大予防につとめる
ようにという通知がありました（5/21）



汚物の処理方法

- ① 便や嘔吐物を処理する時は使い捨ての
手袋とマスクを着用しましょう。
（めがねかゴーグルがあれば理想的）
- ② 便や嘔吐物は雑巾・ペーパータオル等
で取り除き、ビニール袋に入れる
- ③ 汚れたところに、50～100 倍に
薄めた市販の塩素系漂白剤を十分
浸るようにそそぎ、汚染場所を広げ
ないようにペーパータオル等でよく
拭き取る。その後水拭きをする。
（使用した雑巾等はビニール袋に入れて
密閉して捨てるのがおすすめ）
- ◎ 汚れた衣類は、バケツ等で水洗いし
消毒する。いきなり洗濯機で洗うと、
洗濯機がウィルスで汚染され、他の衣
類にもウィルスが付着する。水洗いし
た箇所も塩素系消毒剤で消毒が必要。
- ◎ 終わった後の石けん手洗いを忘れずに

● 帰宅後、排泄後、食前の石けん手洗い

感染性胃腸炎の便には 3-4 週間排便の中に
ウィルスがあるといわれ、今回園で流行っている
胃腸炎は多くの方が家庭内感染を起こしていま
す。家族全員で取り組むことが大切です

● 正しい消毒方法で対応しましょう

ノロウイルスやロタウイルスは感染力が強く、
乾いた場所では約 10 日生きるとい報告があり
ます。

アルコールは効きづらいため塩素系漂白剤を使用しましょう。

● 感染拡大予防のために、症状のあった方は 「登園の目安」（事務室の黒板掲示）をお守りください

●● はみがき指導 ●●

- ・6月14日(月)9:30～
- ・対象:3～5歳児クラス

●● 全園児歯科健診 ●●

6月18日(金)9:10～

健診を当日受けられなかった場合、後日に
園で健診することはございません。
家庭保育ご協力の方も健診のみ受けることも
できません。但し、本人及び同居家族の体調不
良がある場合はお受けできません。
健診のみ受けに来られる場合は担任まで事前
にご連絡ください。

※ 歯科衛生士さんや囁託医の先生にお聞き
したいこと・相談したいことがある場合
は事前に保健もしくは保健もしくは担任
までお声かけください。

5月の感染症

～健康状況～

- ・突発性発疹（疑いも含む）・・・2名
- ・発熱・・・・・・・・・・8名
- ・咳・鼻水等の風邪症状・・・10名
- ・嘔吐・下痢・・・・・・・・・・21名

嘔吐・下痢は4月のゴールデンウィーク
前にひよこぐみを中心にはやり、ゴール
デンウィーク後の5月上旬にあひるぐみ
を中心にはやりました。

保健所に報告をし、指導に従いながら嚴重
に感染拡大予防に努めておりますが、今も
なお、わずかですが園内で新規発症がみら
れています。ご家庭でも感染予防に取り組
んでいただけますようよろしくお願いし
ます。



梅雨の時期を健康に快適に過ごすために・・・



1. 食中毒～予防の3原則～

食中毒をつけない

調理・食事の前に正しい手洗い

原材料・調理器具はよく洗浄

食材の保存はラップや密閉容器を使用

食中毒菌を増やさない

冷蔵品は10℃以下、冷凍品は-15℃以下で保存

調理済みの食品を室温で放置しない

食中毒菌をやっつける

加熱する食品は中心部まで十分加熱

調理器具は洗浄後、熱湯や漂白剤で殺菌

2. ダニやカビが増える時期。

小児のぜん息は、ダニ、ハウスダストなどのアレルゲンが陽性である頻度が約90%とも言われています。梅雨入り前から増えて秋に死骸となるため、早い時期からの環境の整備が、アレルギーの発症や増悪の予防にとっても重要といわれています。

まずは部屋の掃除、エアコンの掃除等の環境整備から早めに取り組みましょう

- 床面の掃除：じゅうたん・畳など床面、およびソファーなどを掃除器で十分吸引（1平方メートル当たり20秒ほど吸引）、ダニの餌やアレルゲンであるダニやそのフンなどを除く。
*日本アレルギー学会「喘息予防・管理ガイドライン2015」より
- 寝具の処理：布団などは、晴れた日によく日に干す。干した後にそれらの表面を掃除器で吸う。丸洗いできる毛布や布団を使用する。布団・枕カバーやシーツをこまめに取り替える。
- ダニの潜ることの少ない素材の使用：床面を板張りやクッションフロア（フローリング）にしたり、布張りのソファや椅子を合成皮革にする。ダニの通過できない高密度繊維の布団カバーやシーツはダニの防除に有効である。
- 乾燥：通気、換気や除湿に努め、室内の湿度を60%以下になるようする。梅雨時には除湿機を使用し、冬でも過剰に加湿器は使用しない。湿度を下げることはカビの予防にもつながる。
- 整理整頓：ヒョウヒダニ類は掃除の行き届かないところで繁殖する。日常的に掃除しやすいように家具類や押入れの整理整頓に心がけ、こまめに掃除する。

3. 梅雨時期の皮膚トラブル

湿度が高くて汗がひかないと皮膚の湿疹の原因となり、特にアトピー性皮膚炎の子には悪化要因となります。また、あせも（汗疹）を掻いたり、虫刺されあとをかくことで、細菌が入り込み、あつという間に「とびひ」という、細菌による皮膚の感染症を起こしやすくなること多く見られます。

「とびひ」にならないために

皮膚の一部にできた水ぶくれやただれが... あつという間に体のあちこちに「飛び火」する

日頃から、皮膚を清潔に保つ。

- 手をよく洗いましょう
- 爪は短めに切る
- お風呂で、石けんで肌をやさしく、きれいに汚れをおとす

●鼻をいじらない

鼻の中には、とびひの原因となる細菌がたくさんいます。鼻の中をいじった手で体を掻くととびひにかかることがあります。

●日頃からのスキンケアと早めの皮膚科受診が大切です

アトピー性皮膚炎のお子さんは皮膚のバリア機能が低下しているため、細菌感染しやすく、とびひにかかりやすい状態にあります。