



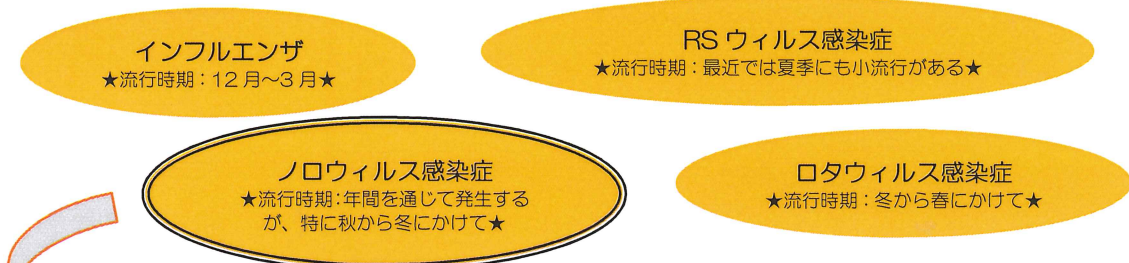
ほけんだより

12月

早いもので、今年も残すところあと1か月となりました。先月は気温が急に下がる日もみられ、体調を崩し、発熱や咳等でお休みした子がたくさんいました。

12月は発表会、クリスマス会があり、ご家庭でも楽しい行事がたくさんあることと思います。師走の忙しい時期ではありますが、ご家族みなさんで感染症予防に努め、元気で楽しくすごせるようにしたいですね。

■ 秋から冬に多い感染症 ■



今回は「ノロウイルス感染症」の予防と対応についてまとめてみました。

● ノロウイルスは「感染性胃腸炎」の一つで、感染者の便や嘔吐物には多くのウイルスが含まれます。感染力が強く、集団感染を引き起こしやすいといわれています。

- 症状・・・吐気、嘔吐、下痢。嘔吐・下痢は一日数回～ひどい時は10回以上の時もある。
- 感染経路・・・経口感染（主に）・接触感染・飛沫感染。
- 潜伏期間・・・短くて10数時間から数日（平均1～2日）
- 予防・・・ワクチンはありません。最も重要で、効果的な予防方法は「流水・石けんによる手洗い」です。
- 家庭における注意点
 - ・調理前後には流水石けんによる手洗いをしっかりと行う
 - ・牡蠣・貝類など、しっかりと加熱が必要な食品は十分に加熱する



<登園のめやす>

嘔吐や下痢等の症状が治まり、ふだんの食事がとれること

<嘔吐物等の処理について>

- 1) マスク・手袋を着用する。
- 2) 雑巾等で吐物や下痢便をしっかりとふき取る
- 3) 薄めた「塩素系消毒剤」で、嘔吐物や下痢便がついた場所を中心に広めに消毒してください。（拭くときは、周囲から付着場所（中央）にむけて拭いていきます）

- ★ 汚染された衣類等はそのまま洗濯機で他の衣類と一緒に洗わないようにしましょう。洗濯槽内や他の衣類にウイルスが付着します。
 - 1) マスクと手袋をした状態でまず水洗いする。
 - 2) 前述の消毒液で消毒する。
 - 85度以上のお湯につけたり、熱処理することも効果的といわれています。
 - (⇒ 詳しくは園のしおりをご参照ください)

～11月の感染症（健康状況）～

- ・流行り目（流行性角結膜炎）・・・1名
- ・プール熱（咽頭結膜熱）・・・1名
- ・手足口病・・・1名
- ・りんご病・・・1名
- ・発熱・・・約20名
- ・咳・鼻水等、腹痛でお休みしたお子さんが数名いました。



風疹について

NEWS

ニュースでご存知のとおり、今年の風疹患者数は11月11日までの1週間に新たに139人報告され、今年患者数は2032人となり、H25年来の大流行となっています。



風疹は発熱や発疹などの症状が出るウイルス性の感染症で、妊娠中の女性が感染すると生まれてくる赤ちゃんの目や耳、心臓などに障害がおきる「先天性風疹症候群」となるおそれがあります。

患者は男性が女性の4.5倍で、男性患者の全体の8割を30代から50代が占めています。一方、女性は20代が最も多いと報告されています。

国立感染症研究所は、女性は妊娠の前に2度ワクチンを接種しておく他、流行の中心となっている30代から50代の男性などにも、抗体があるか検査を行ったうえ、ワクチン接種による感染拡大の防止を呼びかけています。

丸の内にある、東京ビジネスクリニックの内藤医師は「ワクチン接種は風疹を防ぐ唯一かつ最も効果のある対策といえるので、多くの人に接種してほしい」と述べられたうえで、仮に風疹に感染してしまった場合について「感染力が手洗いやマスクでは完全に防ぐことはできないので、職場や通勤途中で感染を広げないため、体調がよくなったと思っても、完全に治るまでは医師の指示にしたがって自宅で安静にしてほしい」と呼びかけられていました。妊婦さんはワクチン接種ができないため、まわりにいる人たちから防いでいきたいですね。

https://www3.nhk.or.jp/news/html/20181120/k10011716961000.html?utm_int=word_contents_list-items_002&word_result=風疹

～感染経路・症状について～

- 感染経路：飛沫感染
 - ：咳やくしゃみ、会話などでウイルスが含まれた飛沫を鼻や口から吸いこむことで感染します。
- 症状
 - ：発熱や発疹が主。他には目の充血、軽い咳、リンパ節の腫れ、関節痛。
 - ：「不顕性感染」といって**症状が出ないこともあり、気がつかないうちに感染を広げてしまうことがあるので注意が必要**です。

マスクをつけよう

冬はかぜやインフルエンザが流行する季節です。咳やくしゃみが出たらマスクをつけて、周囲にウイルスや菌を撒き散らさないようにしましょう。かぜを引いていなくても、マスクをつけることで鼻や喉の乾燥や炎症を防ぐことができます。また外出中、ドアノブや手すりなどを触った後に、無意識に鼻や口を触ってウイルスに感染することがありますが、マスクをつけることで直接接触の機会がぐっと減ります。子どもに合ったサイズのマスクを選んで、感染予防に役立てましょう。



正しい手洗いを

手洗いで予防できる病気はたくさんあります。正しく洗って、健康に過ごしましょう！

せっけんを泡立てて……

