



# 保健だより

平成30年12月26日  
保育園夢未来桜新町園

昨日のクリスマス会では、サンタクロースさんも登場し、一緒に“赤鼻のトナカイ”の歌を演奏したり、プレゼントをもらったり、一緒にお給食を食べたりと大喜びでした♪  
おうちでもサンタさんのお話で盛り上がったかな？



クリスマスが終わるとあっという間に年の瀬です。  
年末年始はご家族でお出掛けされたり、遠方へ外出されることも多いかと思います。  
事故やけがに十分注意し、楽しい年末年始をお過ごしください。



囑託医の松村先生より ～地域で流行している感染症～

- 溶連菌感染症
  - りんご病（伝染性紅斑）
  - インフルエンザA型
- が流行しています。

気になる症状が出たらすぐに、かかりつけの病院を受診しましょう。

1月の0歳児健康診断・・・1月8日（火）12：30～  
※年間行事予定表通りとなります。

## 嘔吐物の処理の仕方 ～正しい知識で感染を防ごう！～

桜新町園でも、12月初旬から急性胃腸炎・感染性胃腸炎が大流行しました。感染力の強いものだと、保育士の手から他のお子様に感染してしまう事につながります。  
当園では嘔吐物処理の仕方を徹底し、二次感染の予防に努めています。

### 【保育園での対応】

- ①嘔吐した子どもに保育士1名が付き添い、その場から離れず他の園児が近づかないようにする。
- ②声を掛け合い、別の保育士が「嘔吐物処理バケツ」を持ってくる。（蓋付バケツの中には、トイレットペーパー、使い捨て雑巾、使い捨てビニール手袋、使い捨てビニールエプロン、ビニール袋、ピューラックス、マスクが入っています。それらを着用し処理をします。）
- ③嘔吐物を除去し、ピューラックス（0.1%）で消毒する。嘔吐物は2メートル四方に飛んでいる可能性がある為、その場だけでなく周辺も消毒する（拭き残しが乾燥し、浮遊したウイルスを吸い込んで感染する可能性があるため）トイレの便座、ドアノブ、手すり、食器等はピューラックス（0.02%）で消毒する。
- ④衣服に付いた嘔吐物は固形物を取り除き、二重のビニール袋に入れておく。他の洗濯物と一緒にしない。  
※お迎え時まで蓋付きバケツで保管する。

### 【家庭に持ち帰ったら・・・】

そのままお返しするのは大変心苦しいですが、保育園内での二次感染を防ぐため、園内では洗濯をしないよう行政からの指導があります。嘔吐物（下痢も同様です）で汚れた衣服を持ち帰った場合、ご家庭での家族間感染を防ぐため、下記の対応についてご理解とご協力をお願い致します。

- 他の衣類と一緒に洗濯しない！！
  - まずはバケツに次亜塩素酸ナトリウムを作る（誤飲に注意！！）
  - 持ち帰った衣類を漬け置きしてください（2時間くらいで菌は消滅します。その後通常洗濯OKです）
  - 処理時には手袋着用、処理後は手洗いをしっかり行ってください。（素手で触ると大変です！）
- 保育園での消毒には、ピューラックスを使用していますが、ご家庭では市販の哺乳瓶消毒液や漂白剤等でも同じ成分ですので対応できます。

※下記の一覧を参考にしてください。

## ○消毒液の作り方（次亜塩素酸ナトリウムの希釈液）

		希釈濃度（使用時の濃度）	
		0.02%	0.1%
製品の 塩素濃度	1%	50倍 水1ℓ+原液20ml	10倍 水1ℓ+原液110ml
	5%	250倍 水1ℓ+原液4ml	50倍 水1ℓ+原液20ml
	6%	300倍 水1ℓ+原液3.3ml	60倍 水1ℓ+原液17ml
	12%	600倍 水1ℓ+原液1.7ml	120倍 水1ℓ+原液8.4ml

★目安…市販の塩素系消毒液は5～6%が多い。ペットボトルのキャップ1杯は約5ml。

●市販の次亜塩素酸ナトリウム濃度の例  
（商品名はあくまでも例ですので、商品の説明書をよくお読みください。）

濃度	商品名(例)
1%	ミルトン、ミルクポン等
5～6%	ハイター、ブリーチ、ジアノック等
6%	ピューラックス、アサヒラック等
10%	ピューラックスー10、アサヒラック等
12%	ジアース、アサヒラック、パイラックス等

●濃度の使い分け例 ※色落ち等にご注意ください！

○便や吐物が付着した床	濃度0.1%
○衣類などの漬け置き	
○トイレの便座、ドアノブ、手すり、床	濃度0.02%
○食器などの漬け置き	

## 生活リズムを整える

朝、暖かい布団から出るのが辛い季節になってきましたね。

そんな朝も少し余裕を持って起き、朝ごはんはしっかり食べる習慣をつけましょう。

園では、午前中に戸外や室内で運動遊びをすることが多く、お腹が空いては満足に遊べません。そして、朝ごはんをしっかり食べるには夜遅い食事を避け、早寝をしてすっきりと目覚めることが大切です。生活リズムを整えることで元気な毎日が送れます。

習慣づけて健康に過ごしましょう！



## ◆乾燥に注意！！◆

室内を閉め切ったまま暖房を長時間付けておくと、顔がほてったり、頭が痛くなったり、めまいがしたりすることがありますね。

これは室内の空気が汚れていたり、乾燥している為です。乾燥した空気は細菌に対する抵抗力を弱め、風邪やインフルエンザをひきやすくさせます。

また、風邪やインフルエンザのウイルスが大好きな「乾燥」。室内の乾燥を防ぐために、保育園では午睡時の湿度は50%～70%を目安にして適度な換気を行っています。



～お願い～

お散歩用の上着はフードなしのものをご用意ください。（安全面考慮の為）  
ご協力よろしくお願い致します。  
※登降園用と別の上着でもOKです。

