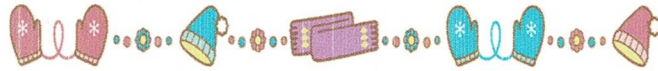




# 12月の保健だより

早いもので、今年もあと1か月となりました。クリスマスに冬休みとお楽しみがいっぱいの月ですが、年末年始は生活リズムが乱れがちです。また、感染症も流行る時期です。体調管理には十分気を配っていきましょう。



## 感染性胃腸炎（ノロウイルス・ロタウイルス）

### ○症状

発熱、吐き気、おう吐、下痢、腹痛



### ○下痢便や吐物の処理

下痢便やおう吐物には、ロタウイルスやノロウイルスが含まれていることが多いです。子どもも大人も普段から手洗い・うがいをしっかりとしましょう。

下痢便やおう吐物を処理するときは

- ①すぐに拭き取る
- ②乾燥させない
- ③消毒する

の三原則を守りましょう。



### ○消毒方法

ウイルスは数え切れないほどありますが、その中でもノロウイルスやロタウイルスは強力でアルコール消毒が効きません。そこで便利なのが、液体の次亜塩素酸ナトリウムで希釈せずに、泡状になった次亜塩素酸ナトリウムです。

服など布製品が汚れてしまった場合などは、バケツで液体の次亜塩素酸ナトリウムにつけ置きし、洗濯しましょう。

何よりも、持ち帰った吐物の付いた服やシーツから保護者の方が感染することも多々あります。2次感染を起こさないよう、3原則で家族を守っていきましょう。

