



# ほけんだより 12月号

令和6年11月29日  
しらゆり保育園  
看護師 奈良

年の瀬を迎え、何かとあわただしい12月。クリスマスや年末年始のお休みと、楽しみがいっぱいの月ですが、生活リズムを崩さず、感染症にも気をつけながら体調管理には十分気をつけましょう。



## 感染性胃腸炎に注意！！

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、腹痛などの症状がみられ、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みてもらい、脱水症状にならないように、こまめな水分補給をこころがけましょう。食事は嘔吐が治まればおかゆ、おじや、やわらかく煮た野菜スープなどから始めて、2～3日かけて普通の食事に戻していきましょう。

また、吐物や便にはウイルスがたくさん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分以上つけるか、塩素系漂白剤を薄めたもので消毒します。

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塩素系漂白剤を薄めたもので消毒します。



園で下痢や嘔吐をした場合は、子どもの体調を考え早めにお迎えのお願いをすることもあります。また、嘔吐物や下痢が付着した衣服は感染防止のため園では洗わず、そのままお持ち帰りいただいていますのでご了承ください。登園は、症状が治まって、普段の食事がとれるようになれば可能です。嘔吐、下痢のあとは体が弱っていますので十分に休み、体調を整えてから登園させてあげてください。

感染性胃腸炎にかかったときは保護者記入の登園届が必要となります。

