



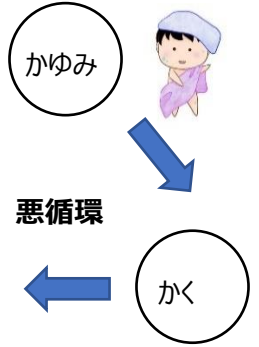
あけましておめでとうございます。子どもたち、ご家族の皆様が幸せな一年となりますようお祈り申し上げます。気温が下がり、冬の寒さを感じます。空気が乾燥すると、ウイルスの活動が活発になりインフルエンザ・ノロウイルスなど冬に多い感染症に注意が必要となります。引き続き手洗いやうがいを丁寧に、体調管理に十分注意しながら、冬の季節を楽しんで過ごしましょう。

★皮膚トラブルを防ぐポイント★



【子供の肌が弱いわけ】

暑い夏が過ぎると皮膚は急激に乾燥します。子どもの皮膚は薄いので外からの刺激に弱く皮膚バリアー機能と水分を保持する機能が未熟で特に冬は乾燥しやすくなります。



清潔に保つ

皮膚を洗いすぎないこと、こすらないで洗うことがポイントです。せっけんを泡立てて優しく洗いましょう。



保湿剤などを利用する

保湿剤には、軟膏・クリーム・ローションの3タイプがあります。症状にあった薬を適切に塗布することができるので、小児科や皮膚科などで相談し、処方してもらうことをお勧めします。

衣服をえらぶ

ポリエステルなどの合成繊維は、直接肌に触れると静電気を起こしやすいため、皮膚を刺激してかゆみのもとになります。綿素材をお勧めします。



湿度 50～60%に保つ

- ・加湿器を利用する。
- ・濡れタオルを干す。
- ・水を入れた器を部屋に置く。



**かけばかくほど
かゆみが強くなります。**

★感染性胃腸炎とは★

ウイルスを原因として発症する胃腸炎です。原因となるウイルスはノロウイルスやロタウイルス、アデノウイルスなどさまざまあり、秋から冬にかけて流行します。

ノロウイルス・ロタウイルスの症状としては、吐き気や嘔吐、下痢、腹痛などがみられ、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を受診し、脱水にならないようこまめに水分を取りましょう。また、汚物や便にはウイルスが含まれているので、適切な処理をし、片付け後は手洗いやうがいをしましょう。



汚れた衣類などの家庭での消毒方法

必ず使い捨て手袋、マスク、エプロンを着用し、汚物を十分落とした後消毒します。

① 次亜塩素ナトリウムで消毒する方法

塩素濃度 5%の家庭用塩素系漂白剤の消毒液 (500ml) の水に対し家庭用漂白剤ペットボトルのキャップ半分弱) に 10 分以上浸す。



② 熱湯で消毒する方法

衣類などを熱湯 (85℃以上で 1 分以上) つける。

保健所直伝

嘔吐物処理

【装着するもの】 使い捨て手袋 (2 双)、使い捨てマスク、使い捨てエプロン

【物品】 拭き取るためのペーパータオル、バケツ、ビニール袋、次亜塩素酸ナトリウム、新聞紙など

0.1% に希釈しておく (500ml ペットボトルで、水 500ml + 5% の原液 50ml 2 杯)

用意するもの

- 嘔吐物は飛散するので、処理中は、汚染区域に他の人が近づかないよう注意
- 嘔吐物に新聞紙などをかぶせ、嘔吐物の量と同量の 0.1% の次亜塩素酸ナトリウムを静かに注ぐ ※最初はペーパータオルでなく新聞紙で OK
- 嘔吐物が広がらないようにペーパータオルで外側から取り除く ※同一面ですると汚染が広がるので注意 ※ここからは、きれいなペーパータオルで！
- 拭き取ったペーパータオルは 0.1% 次亜塩素酸ナトリウムを入れたビニール袋に入れる
- 汚れた床の上にペーパータオルを置き、その上から 0.1% の次亜塩素酸ナトリウムをかけて浸し、10 分程度おいておく
- 汚染場所を広げないようにペーパータオルで拭き取る 嘔吐物の処理をした人のスリッパの裏側も消毒する
- 拭き取った後は、水拭きをする
- 使い捨ての手袋、マスク、エプロンを注意して外し、拭き取ったペーパータオルとともにビニール袋に入れ、袋の口をしっかりと閉める さらにもう一重ビニール袋に入れ、袋の口を開けてから捨てる
- 処理後はよく手を洗い、換気をする