

# ほけんだよい



令和8年 2 月  
こでまり保育園  
～第 11 号～

冷え込みの厳しい日や、乾燥した空気の日が続いていますが、2月4日は立春で暦の上では、春を迎えようとしています。寒さの中でも元気いっぱいな子ども達ですが、これからはウイルス性胃腸炎にも注意が必要です。家庭でも二次感染予防のために、おう吐物の処理にはご注意下さい。感染症を予防するためにも、生活のリズムや食生活を見直して、体に備わっている免疫力を高めていきましょう。そして、この季節は空気の乾燥からお肌のトラブルを起こしやすい時期でもあります。日頃の皮膚の状態を確認して、必要な場合は保湿剤を塗るなどスキンケアをお願いします。

## 汚物処理の仕方



ノロウイルスやロタウイルスは感染力が強く、石けんや消毒用アルコールは効かず、塩素系漂白剤（ハイターやブリーチなど次亜塩素酸ナトリウムと表記してあるもの）や哺乳瓶用の消毒液などで消毒する必要があります。便や嘔吐物には大量のウイルスが含まれていますので、汚物の処理をする時は、できれば使い捨ての手袋・マスクを使用してください。

汚物の処理方法（可能であれば行ってください）

- ①便や嘔吐物を処理するときは、できるだけ使い捨ての手袋とマスクを着用しましょう。
  - ②便や嘔吐物はペーパータオルなどで取り除き、ビニール袋に入れます。
  - ③残った便や嘔吐物の上にペーパータオルをかぶせ、その上から 50 倍から 100 倍（※）に薄めた市販の塩素系漂白剤を十分浸るように注ぎ、汚染場所を広げないようにペーパータオルでよく拭きとります。
  - ④ウイルスは乾燥すると空気中に漂い、これが口に入って感染することがあるので、便や嘔吐物を乾燥させないことが重要です。嘔吐物やおむつはできるだけ早く処理するようにします。
- ☆嘔吐物が服などに付着した場合は、100 倍に薄めた塩素系漂白剤（※）に 5～10 分ほど浸してください。（色落ちが心配なものには、85℃以上の熱湯に 2 分以上浸しても可）消毒したものは、他の洗濯物とは別に洗濯してください。

※100 倍に薄めた塩素系漂白剤（間違えて飲まないように気を付けてください）

水ペットボトル 500ml に市販の塩素系漂白剤をペットボトルキャップ 1 杯（5cc）入れたものが 100 倍に当たります。使用したら作り置きはせず、すぐに捨ててください。以上の方法が理想ですが、子どもが吐いてしまった時、このようにはなかなか難しいですね。できるだけすばやく嘔吐物を処理し、流水と石けんでしっかり手洗いをしてください。また、衣類など汚れてしまったものは、しっかりと水で洗い流して洗濯をしてください。ウイルスを洗い流すだけでずいぶん違います。

## 肌はカサカサしていませんか？



子どもの肌は大人に比べて、皮膚が薄く保水能力が低く、皮脂の分泌も少ないです。また、子どもは自分で痒みを我慢できず、掻きむしってしまい肌が傷つくことがあります。肌の清潔を保ち、保湿をお願いします。（医師の指示があり処方された薬は保育園でも塗布することができますのでご相談してください）

機能性インナー（ヒートテック等）は暖かいですが、化学繊維で出来ているため肌の弱い子どもにはお勧めしません。吸湿発熱を利用している物もあるためより乾燥が進んでしまいます。子どもが着用する肌着等は綿素材の物が好ましいです。