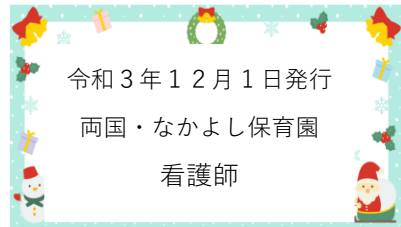




# ほけんだより



年の瀬を迎え、何かとあわただしい12月。生活リズムがくずれがちで、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。

## 12月の保健行事

※0歳児健診

12月9日(木)9:30～

もも組さん登園のご協力よろしくお  
願います。

## 11月の感染症

・胃腸炎 8名

## 感染性胃腸炎

冬になると流行期を迎える感染性胃腸炎。長時間にわたって集団で過ごす保育園ではウイルスが広がりやすく、集団感染のニュースを耳にすることもあります。感染すると、突然の吐き気や嘔吐、下痢に見舞われることもあります。

### 症状

症状は、突然の嘔吐で始まり、約1日位はムカムカが続きます。半日くらいの間は何回も嘔吐を繰り返すことが多いのですが、1日1～2回くらいの嘔吐が2～3日続くこともあります。嘔吐に続いて下痢がみられることが多いです。ロタウイルスの場合酸っぱい臭いのクリーム～白色をした下痢がみられます。発熱はあまり見られませんが、時に高熱を伴うこともあります。

### 感染経路・原因

感染者の嘔吐物や便を触った手やその手で触れた物を介して口に入り感染します。また吐物が乾燥し、そこからウイルスが飛散しそのウイルスを吸い込み感染する場合があります。食品からの感染で多いのは貝類による物で、汚染された二枚貝を生や加熱が不十分なまま食べることで感染します。

### 予防法

嘔吐した吐物の処理の際には部屋の換気を十分行いましょう。手袋・マスクを付けてすばさらに有効です。アルコールはノロウイルス・ロタウイルスに効果はありません。次亜塩素酸ナトリウムが有効です。ハイター等の漂白剤に含まれている成分ですから、嘔吐物はハイターで消毒すると有効です。食事を作る時、食事の前には石けんでしっかり手を洗いましょ

## ことばと聴力

0～4歳は、ことばを覚える重要な時期です。このとき両耳が聞こえない状態だと、ことばの習得が難しくなります。難聴は生まれつきのことが多いのですが、中耳炎など耳の炎症から難聴になることもあります。子どもの耳の健康について、日ごろから気をつけていくようにしましょう。

## 休み中も規則正しい生活を

子どもたちが心待ちにしているクリスマスにお正月。年末年始は、生活リズムが乱れがちです。休み中も、早寝早起きを心がけ、規則的な生活リズムを崩さないように気を配りましょう。

