



寒く乾燥する冬は、ウイルスが元気になる季節です。冬の感染症は呼吸器に症状が出やすいものが多いのが特徴です。さらに、ロタウイルスやノロウイルスによる感染性胃腸炎も流行しやすい季節です。

園でも手洗いを徹底したり、子どもたちが触れるところはこまめに消毒をしたりしています。ご家庭でも、健康に過ごせるようご協力をお願いします。

## おなかの かぜに注意しましょう

おう吐 下痢

急なおう吐や激しい下痢を起こすノロウイルスは、吐いた物（おう吐物）などから感染します。感染力がとても強いので、おう吐物が残っていると、乾いて飛び散り、感染が広がることもあります。おう吐物はきれいに除去し、塩素系消毒液でしっかり消毒しましょう。



ご家庭で胃腸炎の症状のある方がいる場合は、保育者にお知らせください

## 冬場に多い おう吐・下痢

この時期、気をつけたいのが「ウイルス性胃腸炎」。ノロウイルス、ロタウイルスなどに感染すると、おう吐と水のようなひどい下痢が起こります。高熱はあまり出ませんが、おう吐や下痢で体内の水分が失われ、脱水症になると危険です。子どもの様子を見ながら水分補給を心がけ、安静にして過しましょう。

### おう吐・下痢のケア



吐き気が治まったら、子ども用イオン飲料やお茶、スープなど、飲める物を少量ずつ飲ませる



おしりはこすらずにお湯で洗い、タオルで軽く押さえて水分をふき取る

## おなかのかぜ、しっかり消毒、しっかりブロック！



ウイルス性胃腸炎を起こすノロウイルスやロタウイルスには、アルコール消毒が効きません。おう吐物や下痢のうんちが付いた衣類や床は、必ず塩素系消毒液で消毒しましょう。塩素系消毒液は、酸性の製品やアルコールなどと混ぜると、有害なガスが発生して危険です。必ず単独で、水で薄めて使用してください。



### しっかり準備



使い捨ての手袋とマスクを着け、ポリ袋、ペーパータオルなどを用意します。消毒液は適切な濃度に薄めておきましょう。窓を開けたり、換気扇を回したりして、換気します。

### きっちり消毒

ペーパータオルや雑巾で、おう吐物を取り除きます。

- 衣類は  
消毒液につけて消毒するか、85℃以上の熱湯に1分間つけてから、ほかのものとは分けて洗濯します。
- おう吐物が付いた床や家具  
消毒液を浸した雑巾でふき取り、その後、水ぶきします。

### ごみをぴったり密封



おう吐物をふいたペーパータオルや雑巾は、ポリ袋に入れて消毒液をかけてから、しっかり密封します。二重にすると安心です。可能なら、ごみは回収日まで外に保管しましょう。