

12

ほけんだより

逆瀬川あゆみ保育園
2025.12.1
看護師 辰野

今年もあと1か月となりました。冬場は空気が乾燥し、様々な感染症が流行しやすいです。手洗い・うがい、定期的な換気とともに食事と睡眠を十分にとって元気に過ごしましょう。

うがいの効果

空気が乾燥する時期は、ウイルスや菌が飛びやすくなるため、喉や鼻に侵入し粘膜に付着して炎症を起こしやすくなります。マスクをして菌やウイルスの侵入を防ぐ方法もありますが、一番効果的であるのは原因となるウイルスと菌を洗い流すということです。

うがい薬として殺菌効果のあるものが市販されていますが、これは喉や口などに炎症がある場合の治療目的としては効果が期待できますが、健康な人が予防目的で使うと常在菌を乱すこととなり、逆に悪影響も出かねません。したがって、うがいは水道水ですることが望ましいといえます。

衣服について、保護者の皆さまにお願い

嘔吐や下痢などの胃腸風邪が流行する時期、お子さまの衣服については、ご家庭で廃棄する可能性も考えたものにしてください(新品や高価なものを避ける)。汚したくない服を着て登園・降園する場合、保育時間内に着る服をご用意いただき、朝、それに着替えさせてください。

常々お伝えしている通り、園では感染予防と広がり予防に取り組んでおり、保護者の皆さまにも日頃からお取り組みをお願いしていますが、お子さんたちが集団で過ごす施設では、感染予防がとても難しいのも現状です。

体調を崩したお子さんが急に嘔吐することは、珍しくありません。園ではすぐに吐しゃ物の処理と消毒を行います。お子さまご自身の吐しゃ物がついた服については、園では洗わずにビニール袋に入れて保護者の方にお返ししています。また、他のお子さまの吐しゃ物がついた服については、消毒※をしてからビニール袋に入れて保護者の方にお返ししています。 感染が疑われる下痢(水様便の場合も同様です)

他のお子さんの吐しゃ物がついた場合、園で消毒をしてもご不快にお感じになる保護者の方もおられるかと思えます。また、園で消毒する際、塩素系消毒液で色落ちしたり、熱湯で縮んだり※ということも起きます。そのことから、最悪の場合には廃棄するということを考えた服で保育時間を過ごしていただくことが大切です。どうぞ、よろしくお願いいたします。

※厚生労働省「保育所における感染症対策ガイドライン」に基づいた消毒法

※ 嘔吐・下痢症状がある場合のお願い

胃腸風邪は感染力が強く、こじらせてしまうと長期間症状が続く場合がありますので、なるべく病院受診をお願いいたします。嘔吐がなく食事が普段通り摂取することができる、また便の性状が普段通りに改善するまで、ご自宅で療養していただきますようお願いしています。