



ほけんだより

2026年1月
聖隸こども園夢舞台

明けましておめでとうございます。

冬休みはどう過ごされましたか？家族や親戚たちと集まってお正月を楽しまれましたか？

健康で新年を迎えたことに感謝ですね。少し崩れてしまった生活リズムは、これからゆっくり整えていきましょう。

冬の感染症がこれから本格的に流行するかもしれません。手洗いも寒いため簡単に済ませてしまいがちになります。手洗いに注意し、健康管理に十分気を付けていきましょう。



【準備物】

- ① 家庭用塩素系漂白剤（ハイターなど5-6%次亜塩素酸ナトリウム）←製品によって濃度が異なるので、表示を確認しましょう。
- ② 水 500ml
- ③ 500mlペットボトル
- ④ ビニール袋 2~3枚
- ⑤ 新聞紙、ペーパータオル
- ⑥ 使い捨て手袋、使い捨てエプロン、フットカバー（なければ、ビニール袋を足にいれ、持ち手部分を足首で結ぶ）



【消毒薬 1000ppm 濃度】の作り方

- ① 500mlペットボトルに水を半分入れる
- ② 塩素系漂白剤をキャップ2杯分量って入れる
- ③ ペットボトルの口元まで水を入れ、よく振る

【消毒液の注意点】

- ・使用期限内のものを使用しましょう
- ・酸性の嘔吐物に原液をかけると有毒ガスが発生する場合があるので、必ず「使用上の注意」をよく確認してください
- ・消毒薬は時間の経過や日光が当たることで効果が減少します。作ったあとは、できるだけ早めに使いきりましょう
- ・ドアノブなど金属に使うと錆びてしまう可能性があるため、消毒後に再度水拭きしましょう。

病後児保育のご案内

病後児保育は、児童が病気の「回復期」に利用可能な一時預かり保育です。お問合せは聖隸こども園までどうぞ😊 2025年12月利用件数：0件

冬はノロウイルスなどの胃腸炎が流行します。

罹患者の嘔吐物や糞便中には、1グラムあたり100万～10億個ものウイルスが含まれていると言われています。きちんと後処理をしておかないと、乾燥してエアロゾル化した嘔吐物を介して空気感染してしまいます。家族間でうつし合いにならないように、この機会に、嘔吐処理の方法をマスターしましょう。

【手順】



- ① 消毒薬を準備する。
- ② 使い捨て手袋、エプロンなどの個人防護具を着用する。
- ③ 汚染を広げないように、嘔吐物を外側から内側へ新聞紙やペーパータオルなどで取り除き、ビニール袋に入れ密封する。
- ④ 新聞紙又はペーパータオルを消毒薬に浸し、汚染部位に重ね、消毒する（先に新聞紙やペーパータオルを汚染部位に広げ、後から消毒薬をかけるようにしてもよい）
- ⑤ 10分程度そのままおいてから、先ほどと同様に外側から内側へ拭き取る。
- ⑥ ビニール袋に、⑤の汚物と外した個人防護具を入れ破棄する。（手袋・エプロンなどは汚れた面に触れないように内側にして外す）
- ⑦ 流水と石けんで、しっかりと手洗いをする。

【注意点】

- ・必要物品は途中で取りに行くことがないように全て手元に準備する
- ・換気を行いながら作業する