

# ほけんだより

## 2月号

令和2年2月



気温が低く、乾燥した日が続いています。インフルエンザA型も全国的に大流行しています。

保育園では、手洗いうがい、湿度管理、換気、咳エチケットなどで室内環境を整えています。

## ウィルス性胃腸炎が流行する季節です

胃腸炎による嘔吐物は二次感染を防ぐために速やかな適切な処理が必要です。

- ①部屋の換気を行い、手袋、マスクを装着します。
- ②手袋をして捨てても良い布等で拭きとります。
- ③拭きとった物はビニール袋へ入れて、外へ漏れ出ないようにして捨てます。
- ④汚れた床は消毒薬で拭きます
- ⑤最後に自分自身も手洗いうがいをします。

## インフルエンザを予防しよう

インフルエンザとは、インフルエンザウイルスを原因とする呼吸器感染症です。概ね1～3日の潜伏期間の後に、発熱、頭痛、全身倦怠感、咳、鼻水などを呈します。風邪に比べ、全身症状が強いことを特徴とします。

予防対策としては…

- ①手洗いうがい
- ②休息と適切な栄養
- ③咳エチケット
- ④予防接種を受ける
- ⑤室内の加湿

乾燥して湿度が40%以下になると、咳のしぶきの水分が蒸発して軽くなり、ウイルスがその場に長く舞い続けると言われています。つまり、感染の危険性が高くなります。だから加湿が必要なんです。

万全な対策でインフルエンザを跳ねのけましょう！



1月の感染症  
 インフルエンザA型 ...3名  
 ウィルス性胃腸炎 ...5名