

冬の足音が日々感じられる季節となりました。寒さに負けず、風邪をひかない体づくりのため、厚着になりすぎず、調節しやすい服装を心がけましょう。

又、外から帰ったあとは手洗い・うがいをお子さんと一緒にする習慣を身につけることで、風邪や感染症の予防をしておきましょう。

☆親子遊びの広場～絵の具あそび・クッキング☆～

9月11日に今年初めての「絵の具あそび」をしました。天気も良かったので、保育所の園庭にブルーシートを広げ、のびのびと絵の具あそびを楽しむことができました。家庭では準備や片付けが大変！ということもありなかなか経験ができず、「とても楽しかった」と好評でした。

色を混ぜて色々な色に変化していく様子を親子で楽しんだり、足や手に塗って足形や手形等も楽しみ、絵の具の感触を楽しんでいる親子もいました。



9月25日は親子クッキングということで、「白玉フルーツポンチ」を作りました。白玉をかわいく型抜きをして、みかんも入れてトッピング!!自分で作ったおやつはとても美味しく、「おかわり~!!」の声も聞こえました。

☆にこにこ学級～落合遠足☆～

9月24日は落合への遠足の日でした。天候にも恵まれ秋晴れの中、JRに乗って落合ふれあい公園まで遠足にでかけました。「初めてJRに乗った!」という子もいましたが子ども達はいつもとは違う窓からの景色を珍しそうにじっと眺めていました。公園では、つき山で尻すべりを楽しんだり、バッタやちょうちょうを捕まえたり、陸橋の上から汽車を見たりと、たっぴりと身体を使ってあそぶことができました。そして一番のお楽しみは、お母さんの作ってくれたお弁当!!いつも以上に美味しく、ニコニコ笑顔の子ども達でした。



保育所の元気な子どもたち

幾寅保育所

今年の保育所の畑では定番のミニトマトや、きゅうりなどの野菜を作り給食の時においしく頂きました。ピーマンは、みんなの手よりも大きなものも出来ました。ひまわり組さんが収穫のお手伝いをし、野菜嫌いのお友達も少し好きになったようです。



金山保育所

今、保育所のブームが「ビーズ通し」でつくし組さんのお友達も集中して頑張って小さな穴の中に紐を通し、素敵なネックレスやブレスレットを作っています。とても手先が器用な子ども達です。



こんにちは
保健師です!
保健福祉課保健指導係
☎52-2211

今月のテーマは…ノロウイルスについて★



◇ ノロウイルスとは？

ウイルスが原因で起こる感染性胃腸炎は、1年を通して発生しますが、特に冬に流行します。原因となるウイルスには、ノロウイルスやロタウイルス、アデノウイルス等です。

一般的には冬期の前半にはノロウイルスによる胃腸炎が多く、後半から春にかけてはロタウイルスによる胃腸炎が多くなってきます。

ロタウイルスやアデノウイルスは乳幼児に好発しますが、ノロウイルスは成人も含め全年齢に見られます。特に抵抗力の低い乳幼児や高齢者は重症化しやすいので注意が必要です。

ノロウイルスとは、人の小腸粘膜で増殖するウイルスです。

従来は小型球形ウイルスと呼ばれていました。

主に11月から3月にかけて胃腸炎を起こします。

少量のウイルス(100個以下)でも発症し、感染力の強いウイルスで保育所や高齢者施設などの集団生活の場では、感染が広がり集団発生を引き起こしやすいです。



◇ 経過？

潜伏期間は1日～3日です。症状は嘔気・嘔吐や下痢、腹痛などで発熱は軽度です。多くは1日～2日で改善します。

下痢や嘔吐が続いた場合は、乳幼児や高齢者の方は脱水症状を引き起こす場合があるので水分補給にため、早めに医療機関を受診しましょう。

◇ どうやって感染するの？

(1) 人から人への感染

ノロウイルス感染者の吐物・便の中にウイルスが含まれています。ウイルスが手などについて口から感染する場合や吐物の飛沫から感染する場合があります。

(2) 人から食品、そして食品から人への感染

食品取扱者の手を介してウイルスが食品につき、それを食べて感染することがあります。

(3) 食品から人への感染

生や中心部の加熱が不十分な牡蠣など二枚貝を食べることによって感染します。



◇ 予防方法は？

ウイルス性のものに対しては流行期の手洗いと感染者との濃厚な接触を避けることが予防のポイントです!

(1) 最も有効な対策は手洗いです!トイレの後、調理の前、食事の前には必ず石けんと流水で30秒以上かけて良く手洗いをしましょう。

(2) 部屋やトイレで吐いた場合は、部屋の換気を十分に行いながら、吐物をふき取り、ふき取った後塩素系消毒剤で消毒をします。下痢や吐物を処理するときは素手で触らず、使い捨てビニール手袋と使い捨てマスクなどを使用しましょう。

(3) 食品を介した感染を防止するためには、手洗いを十分に行うこと、食品を十分に加熱することが効果的です。他にも手指や調理器具などの洗浄・消毒を厳守し、生野菜などは十分に水洗いしましょう。