

# 広野保育園けんこうだより

## 1月号

令和7年12月19日  
幼保連携型認定こども園  
広野保育園 No.17

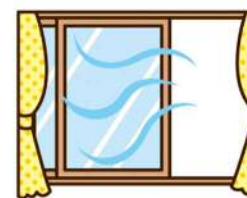
今年も残り12日となりました。まもなく年末年始休業に入りますが、楽しいお休みは不規則な生活習慣がついてしまいがちです。規則正しい生活で、風邪を寄せ付けない丈夫な体を作りましょう。インフルエンザ等の感染症も流行しています。手洗い・うがいの基本的な感染症対策を忘れずに、元気に新年を迎えましょう。

### 寒い時期のけがや病気に注意！

こんなことに気を付けましょう



ポケットに手を入れたまま歩かないようにしましょう



30分に1回数分間、2方向の窓やドアを開けて換気をしましょう



感染症予防のため、人の多い場所に行くのは避けましょう



うがい・手洗い・手指消毒をこまめにしましょう



咳エチケットを守りましょう



乾燥しないよう加湿器などを使用しましょう。  
(湿度目安 40~60%)



早寝早起きをしましょう



### デザートのアルコール分に注意!!



洋菓子には、香りづけや風味をよくするため洋酒を加えることがあります。大人は気付かない程度でも、体の小さな子どもは、お酒を飲んだのと同じ状態になることがあります危険です。

子どもに食べさせる洋菓子を買うときは、表示を見たり、店の人に尋ねたりしてアルコールが含まれていないか確認するとよいでしょう。

また、大人が食べて洋酒の風味がするものは、子どもに食べさせてはいけません。年末年始はデザートを口にする機会が多くなります。見えないアルコールには十分気をつけましょう。

### 12月の感染症状況

・インフルエンザA型…2名

12/19現在

### 1月の身体測定

20日(火)	21日(水)
0歳児(ひよこ組)	3歳児(梅組)
1歳児(桃組)	4歳児(竹組)
2歳児(桜組)	5歳児(松組)



### 嘔吐で汚れた服の消毒のしかた

ノロウイルスやロタウイルスによる「ウイルス性胃腸炎」が流行する季節になりました。園では、お子さんが嘔吐した場合、園内の感染流行を防ぐために、次亜塩素酸水を吹き付けた後、大きな汚れを取り除き、洗わず、密封してお返ししています。ご家庭で消毒・洗濯をしていただきますよう、ご理解とご協力をお願いします。

#### ① 手袋とマスクをつける

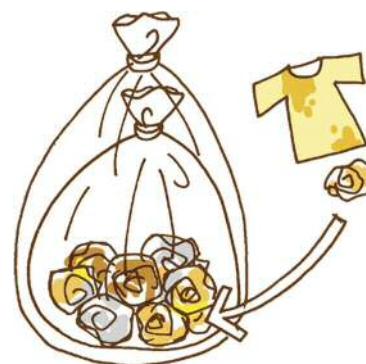
マスクをつけ、素手で触れないようゴム手袋や使い捨てのビニール手袋をつけましょう。

#### ② 換気しながら開封する

嘔吐物にウイルスが含まれていることがあります。乾燥したウイルスが体内に入ると、感染することがあるため、必ず換気ができる場所で袋を開けましょう。

#### ③ 汚れを取り除く

服に付いた汚れをペーパータオルなどで拭きとります。取り除いた汚れにはウイルスが含まれている恐れがあるため、汚れをふき取ったペーパータオルはポリ袋を二重にして密封して捨てましょう。

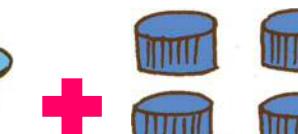


#### ④ 消毒液を作る

塩素系消毒液を0.1%の濃度に薄めます。製品に記載されている希釈方法を守りましょう。



目安は  
水1L



塩素系消毒薬の原液  
ペットボトルのキャップ4杯  
(製品濃度6%の場合)

#### 注意！ 色落ちします！

塩素系消毒薬は、衣類に付くと色落ちします。色落ちさせたくない場合は、85°C以上の熱湯に1分間漬ける方法もあります。

#### ⑤ 消毒液にしっかり浸す



消毒液が行き渡るよう衣類を広げ、しっかり消毒液に浸します。(10分間)

#### ⑥ 他のものと分けて洗濯します

消毒が終わったら他の衣類と分けて洗濯します。

#### ⑦ 手をよく洗う

処理に使った使い捨て手袋やマスクはポリ袋に密封して捨て、最後に手を流水と石鹼でよく洗いましょう。

### 冬も水分補給をしましょう

夏に比べ発汗量が極端に少なくなる冬は、のどの渇きを感じにくく、また汗をあまりかかないと水分を失っている自覚が少なく、夏場に比べ水分摂取の機会が減る傾向があります。水分摂取量が少ないと、冬でも脱水や便秘を引き起こす可能性があります。

さらに冬は湿度が低いことで水分が失われやすい環境でもあります。夏同様に意識して水分を摂るようにしましょう。

