



ほけんだより12月号



令和4年12月1日
富山市こども保育課

インフルエンザや感染性胃腸炎などの感染症が気になる季節です。
家庭でできる予防法を実践し、ウイルスに負けない体をつくりましょう。

インフルエンザを予防しましょう！

1 予防接種

発病の可能性を低下させ、肺炎や脳炎等の合併症を防ぎ重症化を予防します。

2 外出後の手洗い

石鹸と流水で、指や爪の間、手首まで丁寧に洗いましょう。

3 適度な湿度を保つ（50～60%をキープ）

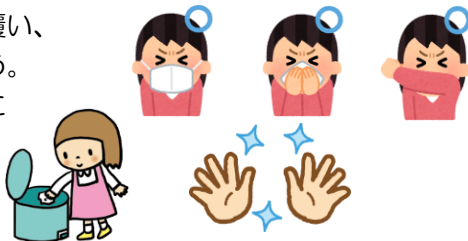
4 十分な休養とバランスの取れた栄養をとる

5 人混みや繁華街への外出を控える



咳エチケットを守り、感染を防ぎましょう

- 咳やくしゃみが出るときはできるだけマスクをする。マスクがない場合は、ティッシュや腕の内側などで口と鼻を覆い、顔を他の人に向けないようにしましょう。
- 鼻をかんで使用したティッシュはすぐに蓋付のゴミ箱に捨てましょう。
- 手で口や鼻をおおった場合は、すぐに手を洗いましょう。



新型コロナワクチン接種について



新型コロナワクチンについて、生後6か月から4歳の乳幼児の接種ができるようになりました。ワクチン接種を希望される方は予約が必要です。

かかりつけ医に相談しましょう。

接種は任意接種です。

接種を希望される場合は、接種期限は令和5年3月31日までです。

乳幼児は3回の接種が必要となります。3回を期限内に完了するためには、令和5年1月15日までに1回目の接種を実施する必要があります。

詳しくは厚労省や県のホームページ、また、富山市新型コロナワクチン接種特設サイトをご確認ください。



感染性胃腸炎を予防しましょう！

トイレやおむつ交換の後、また調理前の手洗いを行いましょう。

感染力が強く、激しい下痢や嘔吐・腹痛などを起こし、脱水となることもあります。吐き気が治まるまで様子を見て、飲めそうなら、水分を少量ずつ与えましょう。

子どもの脱水の症状について

- おしっこの量、回数が少ない、おしっこの色が濃い。
- 皮膚に張りがなく、唇・口腔内・舌が乾燥している。
- 顔色や機嫌が悪く、目が落ちくぼんでいる。等の症状がある場合は早めに医療機関を受診しましょう。



感染の疑いのある便や嘔吐物の処理について（お願い）

保育所等は汚染した衣類や下着などは、集団感染を起こす危険性があるので、下洗いせず、そのまま保護者の方にお返ししています。ご理解の程お願いいたします。

家庭における嘔吐物処理方法について

- 汚物（下痢便や嘔吐物）が乾燥すると空気中にウイルスが漂うため、乾燥させないことが大切です。速やかに嘔吐物処理を行いましょう。
- 子どもを新聞紙などの上へ移動させます。汚物をペーパータオルや新聞紙で覆い、換気します。
- 使い捨てのマスクと手袋を装着します。また、使い捨てエプロンの着用もおすすめします。（エプロンがなければ処理後速やかに着替えてください）
- 子どもの着替えを行います。汚れた衣類を下洗いし、市販の塩素系漂白剤を薄めたもの（水500ml：ペットボトルキャップ2杯）で30分間浸します。又は、85℃以上の熱湯で90秒以上浸して消毒します。消毒ができれば洗濯機に入れます。（塩素系漂白剤での消毒の場合、色落ちの可能性があります。）
- 覆っていた物で包み込むように汚物を取り除き、ビニール袋に入れます。処理を行うために使用した場所、汚れた場所を消毒します。
- 新しい手袋に交換し水拭きします。汚物処理に使用したものを、ビニール袋に入れ縛ります。丁寧にうがい・手洗いをしましょう。



* 保育園 感染症情報 *

（過去3年12月に富山市内保育施設で多く発症した感染症）

年	①	②	③
令和元年	インフルエンザ	溶連菌感染症	手足口病
令和2年	溶連菌感染症	水痘	感染性胃腸炎
令和3年	手足口病	感染性胃腸炎	ヘルパンギーナ