



ほけんだより



2021年 10月

緊急事態宣言が解除になりますが、季節的に感染症が流行する時期となりました。

引き続き、感染症対策にご協力をお願い致します。 千代田区子ども支援課 看護師 徳永 りべか

～これからも続けよう感染予防対策～

手洗い！

手洗いは30秒以上、水とせっけんで丁寧に洗いましょう



アルコール消毒は、
手洗いができない時に使用します。

※流水による手洗いが感染対策に
最大の効果があるといわれています。

マスク着用・咳エチケット



マスク着用



肘付近で



ティッシュ等で

★マスクの着用
★咳・くしゃみをする時は
ティッシュなどで鼻と口を押さえ
ましょう。

3密の回避



★密集・密接・密閉
にならないように
しましょう。

換気



換気を十分に行い
部屋のウイルス量を
減らしましょう。

◆◆秋から冬にかけて流行がみられる感染症◆◆

【ノロウイルス】

- ・おう吐・下痢
- 少しのウイルス量でも感染。(強い感染力)
- 予防**-----
- ・手洗い
 - ・おう吐物、便の扱いに注意。
- オムツ交換後は必ず手洗いを!



【ロタウイルス】

- ・おう吐・下痢
 - ・しばしば白色便ができることもある。
- 少しのウイルス量でも感染。(強い感染力)
- 予防**-----
- ・手洗い・ワクチン
 - ・おう吐物・便の扱い注意



【感染性胃腸炎】

おう吐・下痢・腹痛・発熱等
様々なウイルスや菌によって
発症します。(ノロウイルス・ロタウイル
ス・細菌なども原因となります)

-----**予防**-----

- ・手洗い
- ・おう吐物、便の扱い注意

【インフルエンザウイルス】

- ・高熱が3~4日続く。
- ・倦怠感、関節痛、咽頭痛、鼻汁
咳等の症状

-----**予防**-----

インフルエンザワクチン(予防接
種)・手洗い・うがい



【RSウイルス】

- ・発熱・呼吸器症状・咳・鼻汁
(特に生後6か月未満乳児では重症化しやすい)

-----**予防**-----

- ・手洗い
- ・年長児や大人は症状が軽い場合
があります。症状がある人は0歳児、1
歳児に接触を避けるなど工夫を

～大人が注意できること～

大人を介して子どもに感染させてしまうことがあります。

トイレやオムツ交換後の手洗い、日頃の手洗いを十分お願いいたします。



—小さな行動が感染予防につながり、子どもの身を守ることができます—



お子様の様子はいかがですか？(毎日の体調確認をお願いします。)

- 熱がある、下痢、腹痛、おう吐、具合が悪い、等症状がありませんか？



かかりつけ医・医療機関に受診をお願いします(受診前は一度電話連絡を)