



ほけんだより



2022年 10月

過ごしやすい秋になりました。朝、夜は冷え込むこともありますので、体調に気を付けて気持ちのいい秋を過ごしましょう。
引き続き感染症対策もお願い致します。 千代田区子ども支援課 看護師 徳永 りへか

～これからも続けよう感染予防対策～

秋・冬は感染症の流行期です。予防対策を引き続きお願い致します。

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しょう。

※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。

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。



★密集・密接・密閉
にならないように
しましょう。



現在、保育施設で流行している主な感染症

手足口病

ポツポツと口、手、全身の発疹で気づかれることがあります。熱を伴うことが多いです。例年より報告数が増加しており、東京都より警報が出ています。早めに受診することをお勧めします。

感染性胃腸炎

ウイルス性のものが多く、「おなかの風邪」と言われることがあり、他の方にも感染する可能性があります。おう吐・下痢などの症状がありましたら、受診をしましょう。症状がよくなるまで自宅で過ごし、体を休めましょう。

RSウイルス

乳幼児の気管支炎や肺炎を引き起こします。重症化することのある呼吸器感染症です。昨年は大流行しましたので今年も注意が必要です。発熱、鼻汁などの初期症状の段階から早めに受診することをお勧めします。

◆◆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

少ないウイルス量でも感染する。

-----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ることもある。

少ないウイルス量でも感染する。

-----予防-----

- ワクチン ・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！



【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
- 手洗い ・うがい

【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
発症する。(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、便の扱いに注意
- オムツ交換後は必ず手洗いを！

【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



毎日の体調確認をお願いします

お子様の様子はいかがですか？

- 熱がある、鼻水が出ている、咳、下痢、腹痛、おう吐、機嫌が悪い、食欲がない、などの症状がありませんか？

※症状がある場合

早めに、かかりつけ医・医療機関に**受診**をしましょう。

