

ほけんだより 11月

社会福祉法人ほほえみ福祉会ほほえみ保育園 令和3年11月1日

だんだんと日が短くなって、近づく冬を感じますね。本格的な冬が訪れる前の暖かくて穏やかな天気のことを「小春日和」といいます。澄んだ秋空とやわらかい日差しのもとで、小春日和に紅葉を満喫するのもいいですね。ただ、朝晩は冷え込むので衣服で調整をして、風邪をひかないように気を付けてくださいね。

コロナウイルス感染症の感染者が落ち着いてはいますが、対策は続けなくてはなりません。寒くはなってきましたが、定期的に換気を行っております。カーディガンなど羽織れるものを準備して頂きますようお願い致します。



11月8日は
いい歯の日

保健室からのお知らせ

内科健診
11月10日（水）14時～



歯ブラシは“毛”がいのち



今使っている歯ブラシの毛はどうなっていますか？ 毛先が広がっていたり、くたびれていたら要注意。せっかく毎日がんばってみがいても、こんなことに…。

汚れが残ったままに…!?

開いた毛先はきちんと歯に当たらず、上手にブラッシングできません。毛先が広がっていても長く使っていると毛のハリがなくなり、汚れを落とす力も弱まります。

歯ぐきを痛めてしまうかも

力を入れてみがいていなくても、毛先がポロボロの歯ブラシでは歯ぐきなど、口の中を傷つけることもあります。



歯ブラシは裏側から毛先が見えたら交換のサイン！ 1か月に一度が目安です

ノロウイルスの感染性胃腸炎に注意！！

嘔吐、腹痛、下痢などの症状があったら、ノロウイルスによる感染性胃腸炎かもしれません。ノロウイルスは、11月頃から増え始め、12～1月は流行のピークです。ノロウイルスは他の胃腸炎と違いとても感染力が強いのが特徴です。感染から症状が現れるまで、1～2日間の潜伏期間があります。

感染者の便や吐いたものにはウイルスが含まれ、他の人への感染源になるので、正しく処理する事が大切です。

吐いたものの処理方法

①ビニール手袋、マスク、エプロンをつけ、ペーパータオルや雑巾で、汚れている部分を外側から内側に向けて拭き取ります。拭き取ったペーパータオルや雑巾はすぐにビニール袋に入れ、消毒薬をかけ、密封して捨てます。

ペットボトルを使った消毒薬の作り方（家庭用塩素系漂白剤を使用しますが、衣類用のは効果がありませんのでご注意ください）



②拭き取った後の床とそのまわりを、消毒液を浸したペーパータオルでおおい、10分ほど放置した後、水拭きします。

☆塩素系漂白剤を使うので、窓を開け、十分に換気しながら処理しましょう。

汚れた衣服の消毒

①消毒液に30分から60分間浸す。衣類用の消毒薬は、500mlのペットボトルにキャップ半分の家庭用塩素系漂白剤を入れて作って下さい。塩素で漂白できないものは、85℃で1分以上熱湯消毒します。

②他のものと分けて、最後に洗濯します。

※お願い

嘔吐や下痢で汚れた衣類等は保育園では洗わず、密封したビニール袋に入れて返却するように保健所から指導されています。感染予防の点からご理解いただきますようお願い致します。