



保健だより

令和3年 12月
長野市保育・幼稚園課

日ごとに寒さがつってまいりました。冬は低温と乾燥に強いウイルスが活発になり、感染症が発生しやすくなります。園では、引き続き感染症の情報把握と共有、感染源に応じた対策を行ってまいります。ご家庭でも感染予防をしっかりと行っていただき、元気に冬を乗り切りましょう。



感染性胃腸炎が流行しています！

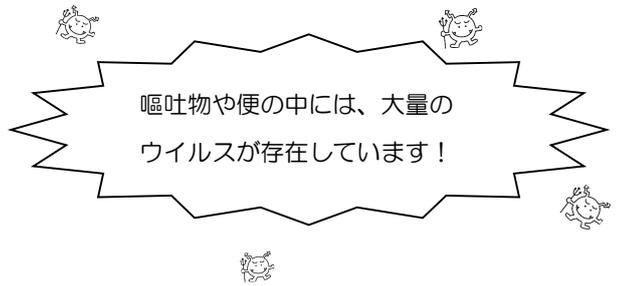
症状

嘔吐、下痢、脱水

感染経路

経口感染、接触感染

飛沫感染



<感染性胃腸炎が疑われる場合>

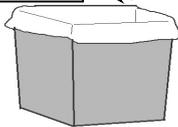
- ◎登園を控え、かかりつけ医等医療機関を受診しましょう。
- ◎登園の目安は「下痢、嘔吐などの症状がおさまり、普段の食事がとれること」です。
- ◎登園に際して、医師が記入する「登園許可証明書」が必要です。

<嘔吐時・下痢便の処理時に周りの人への感染を防ぐためのポイント>

エチケット袋を常備し、嘔吐時に使用
嘔吐物は密閉して破棄

ビニール袋の中に、
ペーパータオル・新
聞紙など入れる

ゴミ箱など深めの
容器にビニール袋
を入れる



←エチケット袋の例

エプロン（袖があるものが
よい）、マスク、ビニール
手袋をつけて処理



嘔吐物・下痢便が付いたものや
衣類・場所は、0.1%の次亜塩素
酸ナトリウム消毒液で消毒
※裏面の「作り方」参照

嘔吐物・下痢便の処理後は、室内の換気

- 空気の流れに注意して、
できるだけ対角線になる
ように窓を開ける。
- 換気扇がある場合は、換
気扇を回す。



拭き取りに使ったペーパータオル、マスクやビニ
ール手袋、オムツなどは、すぐにビニール袋に入れ密閉

※この時ビニール袋の中に、0.1%の
次亜塩素酸ナトリウム消毒液をしみ
込ませる程度に入れておくとよい。



処理後は、流水と石けんでよく手を洗います。処理に使用したエプロンなどのウイルスが付いた可能性のあるものは、0.02%の次亜塩素酸ナトリウム消毒液に浸け置きするか、85℃で1分以上の熱湯消毒をしてから洗濯しましょう。

次亜塩素酸ナトリウムとは・・・ 塩素系の漂白剤のこと。使用上の注意をよく読んで使用しましょう。

- お子さんの手の届かない場所におきましょう。
- 金属製品に使用する場合は、金属を腐食させるので、消毒後 10 分程度たった水拭きしましょう。
- 漂白作用があるので、色落ちが気になる物や場所に使用する場合は注意しましょう。
- 次亜塩素酸ナトリウム消毒液が使用できない場合（マットレス等色落ちが心配なもの）は、熱湯消毒（85℃で 1 分以上）やスチームアイロンを使うとよいです。

次亜塩素酸ナトリウム消毒液の作り方



500ml ペットボトルをご利用ください。ペットボトルのキャップ 1 杯は約 5ml です。

濃度	用途	ハイター、ブリーチ等（5%希釈のもの）
0.02%	住環境・日用品	2ml（ペットボトルのキャップ半分）
0.1%	嘔吐物や排泄物が付着した物・場所の消毒	10ml（ペットボトルのキャップ 2 杯）

500ml ペットボトルに消毒液を先に入れ、ボトルいっぱいになるまで水を入れれば出来上がり。
※作った消毒液は時間が経つと効果が弱まります。作り置きはせず、その都度作りましょう。

<手洗いのタイミング>

石けんを使用し、よく手を洗いましょう！



食事の前



帰宅後



トイレの後



調理の前



<保育所等をご利用の保護者の皆様へのお願い>

日頃より、感染防止対策にご理解とご協力をいただきありがとうございます。現在、長野市内の保育所等で嘔吐・下痢症状のあるお子さんが増えています。つきましては、保護者の皆様におかれましては、手洗い、換気等の基本的な感染予防策に引き続き取り組んでいただくとともに、下記についてご協力をお願いいたします。

1、登園、施設利用前の健康確認

登園、施設利用の前に、お子様の体温測定をするなど健康状態を十分に把握し、発熱だけでなく、咳や喉の痛み等の風邪症状、嘔吐・下痢、その他体調不良が認められる場合（微熱や鼻水などを含む）は、登園、施設利用を控え、速やかにかかりつけ医等医療機関に相談してください。
また、登園、施設利用時に提出する健康管理シート等には、健康状態を正確に記載してください。

2、ご家族に体調不良が認められる場合の対応

ご家族に発熱や嘔吐・下痢等体調不良が認められる場合は、お子様の体調に変化がなくても、かかりつけ医等医療機関に相談した結果を確認するなど、お子様の登園、施設利用に当たっては慎重に判断してください。

