



# 健康だより

2026年 1月  
ともしび保育園

新しい年が始まりました。今年も子どもたちが元気に過ごせるように、ご家庭と連携をとって健康と成長を見守っていきたいと思っています。本年もどうぞよろしくお願ひいたします。

地域では、感染性胃腸炎、溶連菌感染症、RS ウィルス感染症、インフルエンザ A や新型コロナウィルス感染症が流行っています。

## <胃腸炎が流行っています>

### ★ウィルスの通り道を知っておこう！

ノロウイルスはカキなどの2枚貝から感染します。食べるときに一緒にウィルスを体に取り込んでしまうのです。

感染した人の嘔吐物や排泄物に  
ウィルスがたくさん含まれています。  
人から人へ感染してしまうケースが  
とても多いです。

口から入ったウィルスは、胃から腸へと順番に移動するため、嘔吐したあとに下痢が出ることが多いです。

## <嘔吐や便で汚れた衣服の消毒>

- 1)マスクや手袋を着用しましょう。
- 2)85°C以上の熱湯に1分つけるか、塩素系漂白剤を薄めたもので消毒します。  
(塩素系漂白剤を使用するときは、色落ちにご注意ください)
- 3)洗濯機で洗います。

\* 天日干しや、アイロンかけも殺菌効果があります。

\* 保育園では、尿、便、嘔吐物で汚れた衣服類は、洗わずに黒ビニールに入れてご家庭に返却します。  
ご家庭での消毒・洗濯にご協力をお願いします。

## <いつもの手洗い正しくできているかな？>

洗い残してないかチェックしましょう。  
洗った後、ふき取りが不十分だと、あかぎれや肌荒れの原因になります。  
保育園で手荒れのお子さんも多いので、手洗い後はよくふき取るよう伝えています。

