

# ナースだより

静岡市 こども園課  
TEL 054-354-2638



あけましておめでとうございます



2016年度 1 月号

寒さが一段と身に染みる季節となりました。楽しい行事と共に年末年始を過ごされた子ども達にとって、生活リズムが乱れ体調を崩しやすい時期でもあります。寒さに負けず、元気に毎日を過ごしたいですね。

## お知らせ

感染性胃腸炎の発生が、11月より全国的に急増しています。12/22には静岡市内定点医療機関当たりの患者数警報レベルである20を超えました。大変流行していますので注意しましょう。



## ノロウイルス胃腸炎とは？

### <症状>

主症状：吐き気、嘔吐、下痢、腹痛で、発熱は軽度  
通常、これらの症状が **1~2日持続**

潜伏期間（感染から症状出現まで）：**24~48時間**

### <感染経路>

#### ① 経口感染

- ・嘔吐物やふん便から人の手を介して感染
- ・食品を取り扱う人が感染し、その人を介して 汚染した食品 を食べて感染
- ・汚染されていた二枚貝を、生あるいは十分に加熱調理しない で食べて感染

#### ② 飛沫感染

家庭や大型商業施設など、人同士の接触が多い 所での感染

★体力の弱い乳幼児は、脱水症状を起こしたり、体力を消耗したりしないよう、水分と栄養の補給 を十分に  
行いましょう。



## ※感染を広げないために※

### ●手洗いをしましょう

食事の前やトイレの後、汚物の処理や交換後は必ず洗いましょう。

### ●洗浄・消毒をしましょう

食器等使用後すぐに塩素系消毒液（作り方は下記参照）に十分浸し、消毒します。

衣類やドアノブなども消毒します。

☆次亜塩素酸ナトリウムは金属腐食性があります。

金属部の消毒後は十分に拭き取りましょう。

また、漂白作用があるため、色落ちにご注意ください。

☆消毒には、85℃で1分以上の熱水洗濯や高温の乾燥機、アイロンの使用でも殺菌効果があります。

### ●嘔吐物の処理には…

エプロン・手袋・マスクを着用しましょう。

これらは、使い捨てが可能で、エプロンには袖のあるものが、より汚染を防げます。

ティッシュや新聞紙等で拭き取った後、塩素系消毒液で水拭きします。

拭き取った嘔吐物や手袋などは、ビニール袋の中に入れ、1000ppmの塩素系消毒液に浸し密封してから廃棄します。

## ★塩素系消毒液の作り方★

※家庭用の次亜塩素酸ナトリウム入りの塩素系漂白剤（ハイター）でも作れます。

ワイドハイターは、酸素系漂白剤なので適していません。

製品の濃度として一般的に多い6%で説明します。

- ・消毒や拭き取り（200ppm）：液 10ml に対し、水 3L
- ・嘔吐物などの廃棄（1000ppm）：液 50ml に対し水 3L

（参考）ペットボトルのキャップ1杯が5mlです。