



令和7年度 5月号

春日つぼみ保育園

ぽかぽかと暖かい日が多くなり、日中も過ごしやすい季節になりました。子どもたちも少しずつ新しい環境に慣れ、園生活を楽しめるようになってきました。気温が高くなると子ども達も体が慣れるまでに時間がかかります。日中も子ども達が過ごしやすい服装を心がけましょう☆

## 感染性胃腸炎

感染性胃腸炎は、「嘔吐下痢症」「お腹の風邪」とも言われ、発症した状態の総称を感染性胃腸炎といいます。原因は細菌又はウイルスなど様々です。少しの嘔吐・下痢でも人にうつしてしまうおそれがある為注意が必要です。

### 嘔吐時

- ❖嘔吐した直後は飲んだり食べたりせずに胃腸を休め、寝かせましょう。
- ❖吐き気がなくなれば1回に5cc(スプーン1杯程度)の量を10~15分間隔で水分補給します。
- ❖食事は水分をいくら飲んでも吐かなくなればおかゆなどの消化の良いものから始めます。
- ❖固形物が負担になる場合があります。油ものも、しばらくは控えましょう。

### 家庭で広げないために…

- 😞 手洗いをしっかりとする
- 😞 タオルを共有しない
- 😞 汚染物をしっかりと取り除き消毒する

消毒は次亜塩素酸ナトリウムやアイロンが有効☆

### 下痢の時

- ❖下痢の時のお腹はちょっとした刺激でも腸の粘膜がダメージを受け正常な状態に戻りにくくなります。油ものや刺激物は避けましょう。
- ❖糖分が多いと下痢がひどくなる傾向があります。
- ❖便の性状で食事の内容も決めましょう。

水様便→水分中心の食事

べちゃべちゃの便→どろどろの食事

柔らかい便→柔らかめの食事

0.1%

#### 次亜塩素酸ナトリウムの作り方

- 1 ハイターなどの塩素系漂白剤を500mlのペットボトルキャップ2杯分(10ml)入れる。
- 2 同じペットボトルに水を入れて薄める。
- 3 誤飲しないよう必ずラベルをつける。
- 4 作ったら最後まで使い切る。



#### アイロンも有効です

じゅうたんの上に吐いてしまったときなどはアイロンでもOK!  
85度以上で1分間以上を目安に加熱してください。  
次亜塩素酸ナトリウムが使えない場合はアイロンで消毒しましょう。



### 衣服が汚れた時

85℃の熱湯に1分以上浸けるか、0.1%次亜塩素酸ナトリウム液で10分浸し、消毒します。※汚物は取り除きましょう



消毒ができたなら洗濯機に入れて大丈夫です。



汚れた場所もしっかりと汚物を取り除き、次亜塩素酸ナトリウム液で消毒を行いましょう。



嘔吐下痢症・胃腸炎と診断された場合は登園許可書が必要になります！！  
嘔吐や下痢が治まり、食事・機嫌が戻ったことを確認してから登園しましょう★

園で、吐物で衣服が汚れた場合、軽く水洗いしビニールに入れて返却させていただいていますが、ご自宅でも消毒をするなど、家庭内の感染を防ぎましょう。