



ほけんだより 1月号



2026年1月5日
認定こども園OURS
保健課

あけましておめでとうございます！新しい1年が幕を開けました。手洗い、せきエチケットで、感染症の予防をしながら、今年も1年元気に過ごしましょう。



OURS では12 月に、ロタウイルスによる感染性胃腸炎の集団発生がありました。吐物や便にはウイルスが含まれているので適切な処理をし、片付け後は手洗い・うがいをきちんと行うようにしましょう。

症状が治まっても、2～3 週間は便の中にウイルスが出ることがあります。二次感染しないよう、十分な注意が必要です。

家庭内感染を予防するために、嘔吐時のケア・ご家庭でできる嘔吐処理方法を紹介します。

吐いた！

おう吐時のケア、知っておきましょう

① 吐いたものを口から取り除く

口の中に吐いたものが残っていると吐き気を催すことがあります。うがいをさせたり、ぬらしたタオルで口の中をぬぐったりして、口の中をきれいにしましょう。



② 静かにさせて、様子を見る

安静にさせて様子を見ます。寝かせる場合は、吐いたものがのどにつまらないよう、横向きに。



③ 1 時間以上してからスプーンで水分をとらせる

吐いた直後に水分をとらせると、また吐いてしまうことがあります。水分を飲ませるときは、様子を見て、顔色がよくなり吐き気が治まったら、スプーンで水やお茶などを少しずつとらせましょう。



吐いた！

しっかり消毒、ゴミは密封して捨てましょう

① 処理に必要なものを準備する

まず、換気します。消毒液やペーパータオル、布や雑巾（捨てられるもの）を用意し、使い捨ての手袋やマスクをつけます。

消毒液の作り方

家庭用塩素系消毒薬



6%の原液の場合、
ペットボトルの
キャップ4杯



水 1L

② 外から中心に向かってふき取る

吐いたものはペーパータオルなどで外から内側に向かってふき取り、ゴミはポリ袋に二重に密封して捨てます。

汚れた衣類は……

汚れを取り除いて消毒液につけておきましょう。



③ 消毒した後、水ぶきする

吐いたもので汚れたところを、消毒液を浸した布で外側から中心に向かってふき取ります。その後、水ぶきで消毒薬もふき取ります。

④ よく手を洗う

使い捨ての手袋やマスクもポリ袋に密封して捨て、手をよく洗いましょう。



子どもがやけどをしたときは、すぐに流水で冷やします。衣類を着ているときは、服の上から水をかけましょう。水ぶくれができたときや、やけどの範囲が広いときは病院へ。

