



12月のほけんだより

2024.12.1発行
田園調布学園大学
みらいこども園
(看護師 板橋 裕希子)



早いもので今年もあと1か月となりました。12月はクリスマスやお正月などお楽しみが多い季節です。今年はマイコプラズマ感染症や伝染性紅斑(りんご病)の流行もあり、また手足口病も長い期間流行っています。寒くなり全国的にインフルエンザも増えています。体調に気をつけて、ご家族でも楽しい時間を過ごしましょう。

アルコールが効きにくい

- ・ノロウイルス ・ロタウイルス
- ・アデノウイルス
- ・手足口病 ・ヘルパンギーナ
- ・りんご病(伝染性紅斑)
- ・突発性発疹など

アルコールが効く(濃度70%以上)

- ・インフルエンザウイルス
- ・コロナウイルス
- ・RSウイルス・ヒトメタニューモ
- ・水いぼ・麻疹・風しん など
- その他 溶連菌

換気・手洗い・うがい・マスクは
どちらにも有効です

100℃のお湯で5分間煮沸すれば日常生活で感染の危惧のあるものは死滅できます。

アルコールが効きにくいウイルスには次亜塩素酸ナトリウム液が効果的です。

冬になると増えてくるノロウイルスは85℃の熱湯に1分以上つけければ死滅します。極少量のウイルス数で発症し家庭内感染も多く聞かれます。ビニール手袋やマスクを着用して吐物処理しましょう。汚れた服は消毒液につけたり処置してから水洗いし、通常洗濯しましょう。洗濯後の乾燥機やアイロンも高温なので殺菌効果が高まります。

◇消毒液 次亜塩素酸ナトリウム液(0.1%)の目安◇
500mlのペットボトルに水を入れる。

ペットボトルの蓋2杯の漂白剤を入れる。混ぜる。
ペットボトルの蓋が1杯≒5mlです。ご家庭で使用される漂白剤は主に5~6%ですが成分表を必ず確認してください。

にじくみ 歯みがき指導と染め出し



11月22日(金)に武蔵新城歯科から歯科衛生士さんが来園され歯みがきの仕方を教えてもらいました。

歯は線路で歯ブラシは電車だよ。全部の歯をみがく。1回だけじゃなくて何回もゴシゴシみがくこと。練習中なので自分で歯みがきした後はみがき残しが無いかお父さんお母さんにみてもらいましょう。

子どもの歯は大人の歯より虫歯になるスピードが速く1週間で虫歯になってしまうこともあります。毎日の歯みがきが大事です。

染め出しの色残りを鏡を見て確認しながら歯みがきをしました。歯と歯の間、歯の根元に色残りが多くみられました。染め出しできなかったお友達は歯ブラシと鏡を持ってきてやってみませんか。



健診のお知らせ

12月12日(木)13:00
0.1歳児
5歳児(1号認定こども)

※都合により日程が変更になることがあります。その都度事前にご連絡いたします。