

ほけんだより

夢いっぱい保育園 2023年2月号

2月号

気温が低く乾燥した冷え込む日が続いています。長い時間換気をしない室内はウイルスや二酸化炭素、ほこりで汚れてしまいます。換気を行い空気の入替えを心がけましょう。新型コロナ・インフルエンザ・かぜ・胃腸炎など感染症が多くみられます。手洗い・うがいをしっかり行い、あらためて、お家での過ごし方や感染予防に気をつけましょう。

新型コロナ感染やインフルエンザが疑われる場合、ご家庭での過ごし方

01 同じ家で過ごしても構いませんが、部屋を分け、お世話するのはできるだけ限られた方で。他のご家族は同じ部屋で過ごす時間をできる限り短くし、距離をもって過ごすよう心がけましょう。

02 トイレや洗面、浴室などの共有場は使用時間をずらすなど工夫をし、使用後はドアノブや蛇口など頻繁に手が触れる箇所や共有部分を随時、消毒液や家庭用洗剤で拭きましょう。手洗いは個別のタオルやペーパータオルを使用する。

共有スペース 小物は共用しない



03 食事は一緒にせず、別室もしくは時間をずらして食べてください。使った食器やお箸に特別な消毒など不要ですが、症状が気になる場合は、紙食器などの使い捨てを利用しましょう。おむつ交換時は手袋を着用し、鼻をかんだティッシュ等はすぐにビニール袋に入れ、ゴミは密閉して捨てましょう。

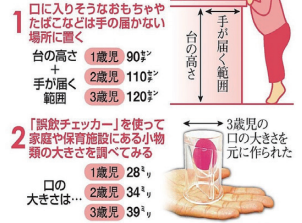
04 乳幼児（特に2歳未満）のマスク着用は推奨されていません。周りのご家族がマスク着用や咳エチケット、手洗い・アルコール消毒を徹底しましょう。

乳幼児の誤飲等に気をつけて!

誤飲や誤嚥（ごえん）、窒息は特に0歳～3歳の小さな子供に多い事故です。小さな子供はのどが狭く、飲み込んだり吐き出したりする力が弱いため、口に入れた物でのどを詰まらせることがあります。未然に防ぐためにも日頃からどのようなところに危険が潜んでいるか確認し、安全対策を心がけましょう。

※誤嚥（ごえん）…食べものや異物が、誤って気管に入った状態。むせる、せき込む、息苦しくなる等の症状を伴うことが多い。

子どもの誤飲・誤嚥を防ぐには



3ミニトマトなどの食べ物は、刻んで食べさせる

小児科医らが監修。誤飲や誤嚥の恐れがあるものの大きさが歯歯にわかる

固形物を詰ませた時の応急手当

喉に物が詰まったときは、背中をたたいたり、胸を圧迫するなどして吐き出させます。反応がある場合は右記の方法を行いましょう。反応がない場合は、ためらわず119番に連絡しましょう。

