



5月のほけんだより



令和8年5月1日発行
ななかいこども園

新緑の美しい5月。元気にあそぶ子どもたちの姿に、さわやかな風が吹き抜けます。
この時期は、気温の差から体調を崩したり、新しい環境で頑張っている子どもたちの疲れも出る頃です。
またゴールデンウィークを楽しく過ごしたあと、心身ともにちょっと不安定になることも。ご家庭と連携をとりながら、お子さんのようすに気を配っていききたいと思います。



小さい子の 食中毒にご注意を

はじめじめした梅雨から夏にかけては、食中毒が発生しやすい時期。食中毒の原因になる細菌が、活動しやすい湿度と気温がそろっているからです。
食中毒になると、下痢、おう吐、腹痛などの症状を起こしますが、0、1、2歳のころは、けいれんを起こしたり、意識がなくなったりすることも！
重症化しやすいので、調理するときは必ず手を洗い、新鮮な食材を使いましょう。

食中毒を予防しよう

食中毒が発生しやすくなっています。子どもたちの健康を守るためにも、この時期はご家庭でも、いつもより衛生的に過ごすように心がけてください。

予防のポイント

- 1 新鮮な食材を使う。調理してから時間がたったものは食べない
- 2 魚や肉は十分に火を通す
- 3 賞味期限や冷蔵庫を過信しない
- 4 まな板や包丁などはまめに熱湯消毒や漂白剤で殺菌する
- 5 調理前や食事の前、トイレの後にはせっけんで手指を洗う
- 6 手指に傷がある場合はブドウ球菌に感染しやすいので注意する



知っておきたい！

嘔吐物の処理方法

処理は

「素早く、丁寧に、正しい手順で」

用意しておく物

- ・マスク
- ・ポリ袋
- ・使い捨てエプロン
- ・バケツ
- ・使い捨て手袋
- ・新聞紙やキッチンペーパー
- ・次亜塩素酸ナトリウム
(キッチンハイターなど)

※例:キッチンハイターの場合

①嘔吐物や糞便の処理用

ハイターをペットボトルキャップ2杯(約10ml) + 水500mlで希釈

②感染者が触れたところの消毒用

ハイターをペットボトルキャップ1/2杯 + 水500mlで希釈

処理方法

①使い捨ての手袋、マスク、エプロンを着用する。

②嘔吐物、便を新聞やキッチンペーパーなどを上からかぶせて広がらないように取り除き、ビニール袋に入れ密閉する。

※汚物が乾燥する前に速やかに処理しましょう。

③拭き取った部分にキッチンペーパーなどをかぶせ、希釈した消毒液をかけて再び拭き取る。

※この時、できるだけ窓を開けて換気し30分は室内に人を入れないで下さい。

④手袋、マスク、エプロン、取り除いた嘔吐物を二重のビニール袋に入れて捨てる。

⑤石けんをつけてよく手を洗う。

⑥おもちゃやテーブルなどの消毒をする。

