



# すくすくだより



入園・進級し、早一か月経ちます。新しい環境に少しずつ慣れてきましたか？体調をくずすお子さんも、いるのではないのでしょうか？子どもたちが集団生活する中で、感染症は極力避けたいですね。それぞれの感染経路や効果的な予防法を知り、子どもたちを感染症から守りましょう。



## 知っておこう！ 感染経路と予防法



### 飛沫(ひまつ)感染

飛沫感染とは、咳やくしゃみなどによって飛び散る飛沫（しぶき）に含まれる病原体が、口や鼻に直接はいる感染します。

病原体には、インフルエンザウイルス、風疹ウイルス、RSウイルス、新型コロナウイルス、おたふくかぜ（ムンプスウイルス）、溶連菌、百日咳菌などがあります。

#### 【対策】

咳エチケット

1. マスクをつける  
ただし、2歳未満の着用は推奨しない
2. 咳やくしゃみが出るときは、ティッシュやハンカチで口や鼻を覆う
3. ティッシュやハンカチがないときは、上着の内側や袖（そで）で口や鼻を覆う



マスクは病原体を吸い込んだり、まき散らすのを防止します。他にも、病原体のついた自分の手から鼻と口を守ります。

\*咳やくしゃみの時、手で口を覆わないこと。病原体が手につく。⇒ 接触感染へつながります。

### 接触(せっしょく)感染

接触感染とは、病原体のついた手で目や鼻、口の粘膜に触れることで感染します。

病原体には、ウイルス性胃腸炎（ノロウイルス、ロタウイルスなど）、プール熱やはやり目（アデノウイルス）、手足口病（エンテロウイルス、コクサッキーウイルス）ヘルパンギーナ（エンテロウイルス、コクサッキーウイルス）などがあります。

病原体は人の手で運ばれます

#### 【対策】

1. 手洗い
  - ①石けんを使い十分にこすり洗い（30秒が目安）し、流水でしっかり洗い流す
  - ②手の水分をしっかりふき取る
2. 拭き掃除（1日1回）
  - ①アルコールでドアノブ、電気のスイッチ、トイレのレバーなど、多く触れたところを拭く。ただし感染性胃腸炎やプール熱、はやり目の場合は、次亜塩素酸ナトリウム液を使いましょう。



### 病児保育ってご存じですか？

お子さんの急な発熱、体調不良・・・仕事も何日も休めないし、近くに頼れる人もいない、こんな時困ってしまいますよね。そんな時、保護者の方に替わって、保育士や看護師が保育・看護を行う施設が病児保育室です。

【実施施設】今年度より「つぼみ」が開室し、4か所に増えました。

つつじが丘保育園病児保育室「つぼみ」\*利用開始 5月7日（水）より

豊橋市佐藤町16-2 ☎61-1322

病児保育室「つくし」 豊橋市牟呂町字東里26 ☎75-9296

豊橋市民病院院内保育所「あおたけ」

豊橋市青竹町字八間西50 ☎33-6328

こじかこども園病児保育「どんぐり」

豊橋市植田町字一本木 116-151 ☎25-0528

利用するには、事前登録（当日でも可）が必要となり、かかりつけ医を受診し「医師連絡票」を記入してもらう必要があります。利用料は一日2,000円で昼食や飲み物は持参となります。受け入れ可能な年齢や条件、持ち物や書類が各施設で異なりますので、直接お問合せください。

### 予防接種について

予防接種は、様々な感染症にかかる前に接種することで、感染症にかからなかったり、かかりにくくしたり、かかっても症状を軽くすることができます。体調をみながら計画的に接種しましょう。

### ～こども保健課からお知らせ～

乳幼児健康診査の対象の方へは、健診日の1か月前頃に、日時を指定した健康診査票を送付します。詳しくは、豊橋市ホームページをご参照ください。



豊橋市保育課 こじかこども園 病児保育室  
保健だより 2025年5月1日 ☎25-0528

