



# すくすくだより



運動会も終わり、次は発表会の練習など毎日充実した日々をお過ごしのことと思います。11月の年中行事のひとつに「七五三」があります。現在は医療も進歩し感染症などの病気で子どもが亡くなることは少なくなりましたが、昔は子どもが成長することはとても難しいことでした。そこで、縁起の良い奇数の歳に子どもの成長を神様に感謝し、お祈りをするのが「七五三」の由来です。この機会にご家庭でも昔ながらの年中行事を通して、お子さんの健康を願いたいものです。

11月に入り、ますます朝夕の冷え込みが増し、感染症が流行しやすい季節になってきました。今回はこれから冬にかけて流行する「ノロウイルス感染症」についてお話します。



## ノロウイルス感染症って何?



### 症状

「ノロウイルス感染症」とは、ノロウイルスによっておう吐、下痢、腹痛などの症状を引き起こす感染症です。

乳幼児ではおう吐が多く、ひどいときには1日に数回～10回以上のときもあります。

感染してから症状が出るには数時間～数日間、症状が続くのは数時間～数日間と短期間です。

他の病気にかかっていたり、体力が大きく低下している場合は、重症化しやすく入院も必要になることがあります。

時には、おう吐したものが喉に詰まってしまう、窒息のリスクもあるため気を付けましょう。

### 予防方法

予防の基本は「ノロウイルスを体に入れないこと!」「ウイルスに負けない抵抗力をつけること!」です。

#### ①手洗い・うがい

石けんと流水で手を洗い、のどに付いたウイルスをうがいで落としましょう。

おススメのタイミング!!

- ・人ごみから帰宅したとき
- ・トイレの後
- ・食事、調理・配膳の前



#### ②規則正しい生活習慣で、抵抗力アップ!

#### ③うんちやおう吐物の片づけのポイント

感染しているお子さんの下痢やおう吐物には、ウイルスがたくさん含まれています。おう吐物の片づけに使用したティッシュなどは素早くビニール袋に密閉して、ウイルスが周囲に飛び散らないようにしましょう。



### 感染ルート

ノロウイルスの感染ルートは大きく3つあります。

#### ①経口感染

#### ②接触感染

- ・ノロウイルスを含むうんちやおう吐物が人の手などから体に入った場合。
- ・ノロウイルスが含まれた二枚貝を、生または十分に加熱調理しないで食べた場合。
- ・ノロウイルスが含まれた井戸水や簡易水道の水を十分に消毒しないで飲んだ場合。

#### ③飛沫感染

- ・家庭や集団生活をする場で、ノロウイルスが含まれるつばなどが、喉などを通して直接粘膜に入った場合。



### 11月の健診日程のお知らせ

4か月児健診 (受付 9:00～10:50)

4・11・18・25日

1歳6か月児健診 (受付 12:50～14:00)

5・12・19・26日

3歳児健診 (受付 12:50～14:00)

6・13・20・27日

場所 母子保健センター

(「ここにこ」の隣)

対象者には、ご自宅へ健診日の約1か月前に健診票が郵送されますので、この案内の日時に健診を受けてください。



豊橋市役所 保育課 保育グループ  
保健だより

2008年11月1日

