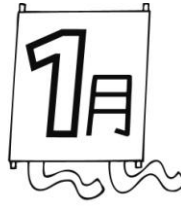


ほけんだより



平成26年1月8日
 湖南省立菩提寺小学校
 保健室 No.17

2014年がはじまりました。

今年も1年、

心もからだも健康にすごせるといいですね。

自分を大切に、そして周りの人を大切に・・・

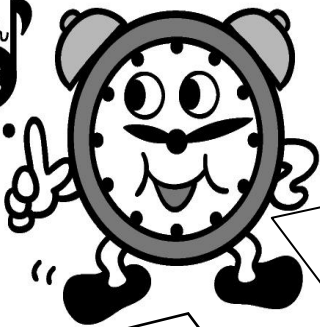
充実した1年になることを願っています！

あけましておめでとうございます



あたら
新し**い**1年

 せいかつ
生活リズム
 みなお
を見直そう



ねんまつねんし
 年末年始、ゆっくり過ごした人が多いと
 おも
 思います。さあきょうから3がっき
 学期のスタート
 です。きもちをきりかえて、きそくただ
 い
 正しい
 せいかつ
 生活を送りましょう！

はやねはやお
早寝早起きをしよう



しょくじ
バランスのよい食事をとろう



うご
からだを動かして遊ぼう



こんねんときご
 今年度最後の

しんたいそくてい
 身体測定です！



しんたいそくてい 身体測定について

1月14日(火)

①6年生②2年生

1月15日(水)

①5年生②1年生

1月16日(木)

①4年生②3年生

つめのチェックもします。

ノロウイルスに気をつけましょう！

『ほけんだより冬休み号』でもお知らせしましたが、ノロウイルスは特に冬季に流行します。症状は、

吐き気、おう吐、下痢、腹痛などで、通常これらが1～2日続いた後、回復していきます。

○手洗いをしっかりする

○食べ物はしっかり加熱をする

○汚物は適切に処理をする

※汚物処理の消毒には、次亜塩素酸ナトリウムが有効です。（アルコールはあまり効果がありません）

おう吐物のついたものについて

これからの季節、ノロウイルス等の感染性胃腸炎の流行が危惧されます。万が一おう吐物で衣類等が汚れてしまった場合、そこから感染が広がる可能性もあります。そのため、おう吐物により汚れてしまったものについては、申し訳ありませんが、そのまま袋に入れてお家へ持って帰っていただく場合がありますので、ご了承をお願いします。



おう吐物の処理の仕方について

①処理の前にエプロン、マスク、手袋をつける。

②汚物中のウイルスが飛び散らないよう気をつけながら、おう吐物をペーパータオル等で静かに拭き取る。

③拭き取った後は、次亜塩素酸ナトリウム*で浸すようにできるだけ広い範囲を拭き取る。

④その後、水拭きをする。

⑤拭き取りに使用したペーパータオルやマスク、手袋等は、ビニール袋に密閉して捨てる。

⑥全ての処理が終わったら、きれいに手を洗う。

★ノロウイルスは乾燥すると容易に空中に漂い、これが口に入って感染することがあるので、おう吐物は乾燥しないうちに速やかに処理し、処理した後はウイルスが屋外に出て行くよう空気の流れに注意しながら十分に換気を行うことが大切です。

※次亜塩素酸ナトリウム

塩素濃度約 0.1% (1000ppm) の消毒液の作り方

→500ml の空のペットボトルに半分ぐらい水を入れ、そこに家庭用

塩素系漂白剤をペットボトルのキャップ2杯分(10ml)入れる。

最後に水を加え、全部で 500ml になるようにする。

