

# ほけんだより (臨時号)

朝日町保小中一貫教育校  
朝日町立さみさと小学校  
R6. 4. 18

新学期が始まり、2週間ほどがたちますが、新しい環境には慣れてきたでしょうか。近頃、嘔吐や下痢、腹痛といった胃腸炎症状を訴え、欠席、早退する児童が目立ちます。近隣ではアデノウイルスによる胃腸炎も見られるようです。疲れが出やすかったり急に暑くなったりして、体調を崩しやすい時期でもあります。抵抗力が落ちないように生活習慣を整えましょう。

## 感染性胃腸炎に 要注意!!

感染性胃腸炎はノロウイルス性によるものが多いです。どのような感染症かをよく知り、かからないように、うつさないようにしましょう。

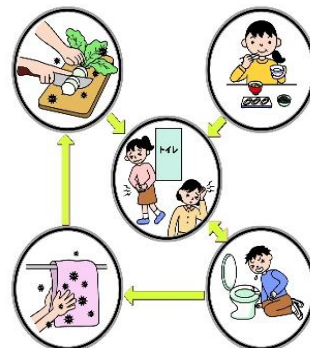
ご家庭でも健康観察をお願いいたします。具合が悪いときは自分から伝えられるとよいです。

### 症状

吐き気、下痢、嘔吐、腹痛等。かぜ症状で済む人もいるが、抵抗力が落ちている人はかかりやすい。感染してから発症するまで（潜伏期間）は**24～48時間**。

### 主な感染経路

ウイルスに感染した二枚貝を生で食べることで感染する。**非常に感染力が強い**。感染した人の吐物や糞便（回復後**2～3週間**にわたり、糞便中にウイルスを排出し続ける）から空気感染・接触感染し、人から人へ感染することが多い。



### 予防方法

- ・手洗いをこまめにし、日常的に清潔を保つ。
- ・トイレの後、調理・食事前に必ず石けんで丁寧に手を洗う。
- ・調理器具を消毒する。85度以上1分間以上加熱するか、塩素系の漂白剤につける。
- ・嘔吐・下痢の症状があったら、衣類やタオルをこまめに洗濯し、健康な人にうつさないように、入浴またはシャワーは最後にする。

### 吐物処理方法

- ・吐いた物を素手で触らない。
- ・捨ててもよい布やペーパーで拭き取る。
- ・汚染された床等は塩素系消毒剤で拭くなど、二次感染に注意する。
- ・拭き取った物をビニール袋に入れ、できたら二重にして口をしっかりとしばり、捨てる。

アルコール消毒剤は効きにくいので要注意

