



山々の木々も色づき始め、秋の装いになりました。  
こども園では、元気に外遊びを楽しむ、子どもたちの声がにぎやかに響いています。しかし朝夕はめっきり寒さが増し、咳をしているお子さんも気になり始めています。これからも感染症対策をしっかりとり、この冬を元気で乗り切りましょう。



歯科検診・・・5日(木) 全園児  
(歯の生えていない乳児は除きます)

身体測定・・・16日(月) 全園児

今年度は、コロナ渦の中で6月の歯科健診は実施できませんでしたので、1年ぶりの健診になります。また、今回は健診のみでフッ素塗布はありません。お子さんの歯を守るためには、おやつのととり方、歯磨きの取り組みなどご家庭での自己管理がより大切になります。

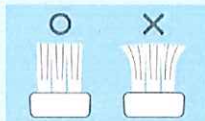
むし歯などが認められた場合にはお知らせしますので、歯科医院を受診され相談されることをお勧めします。

**\*前日の夜、当日の朝は特に丁寧に歯磨きをお願いします。**

## 歯ブラシの交換時期は？

毛先が開いてしまった歯ブラシは汚れを落とす力が落ちてしまいます。およそ1か月くらいが目安で、ヘッドより毛先が外に広がっている場合は交換時期です。

毛先が開いた毛先では6割から8割  
汚れを落とす力が弱くなるといわれています。



## 毛先が開いた歯ブラシでは・・・

- \* 汚れが残り、むし歯や歯周炎になりやすい。
- \* 歯茎や歯肉を傷つけてしまう。
- \* ロの中での常在菌が歯ブラシで増えていく。

## 歯ブラシの管理は・・・

磨いた後はしっかり水洗いをして、できるだけ風通しの良い場所でヘッドを上に向けて乾燥させてください。

## 冬場に多い おう吐・下痢

この時期、気をつけたいのが「ウイルス性胃腸炎」。ノロウイルス、ロタウイルスなどに感染すると、おう吐と水のようなひどい下痢が起こります。高熱はあまり出ませんが、おう吐や下痢で体内の水分が失われ、脱水症状になると危険です。何よりもまず水分補給を心がけ、安静にして過ごしましょう。

### おう吐・下痢のケア



子ども用イオン飲料や湯冷ましを少しずつ、こまめに与える

おしりはこすらずにお湯で洗い、タオルで軽く押さえて水分をふき取る

### 知っておこう

## おう吐物の処理

冬場に流行するウイルス性胃腸炎は、ノロウイルスやロタウイルスなどによって感染します。家庭でも二次感染予防のために、おう吐物の処理にご留意ください。

- ① 窓を開けて使い捨ての手袋とマスクを着け、使い捨ての布などでおう吐物を周辺からふき取る。
- ② 次亜塩素酸ナトリウム（塩素系漂白剤）を薄めた消毒液で、おう吐物のあった部分を再度ふく。汚れた物はすべてポリ袋に入れ、それらは、消毒液をかけてから密封して捨てる。
- ③ おう吐物の付いた服は、85℃以上の熱湯に1分間つけてから洗濯する。
- ④ さらに乾燥機にかけたり、アイロンをかけたりすると、熱に弱いノロウイルスは死滅しやすい。

