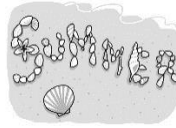




ほけんだより 8月



世田谷つくしぼ保育園
ほけんしつ
2020. 8. 3

毎日新型コロナウイルスのニュースを見聞きするようになってから半年が過ぎました。相変わらず終息の目途は立っていません。様々なことを自粛しなければならない状況ですが、自分にできる基本的なことはしっかり行い、感染予防に努めましょう。



基本的な感染予防を習慣づけましょう

感染防止対策として「ソーシャルディスタンス」やマスク着用などが注目されていますが、『新しい生活様式』など徹底を呼びかけられていることの中には、実はこれまでも、他の感染症の対策として周知されてきた行動が含まれています。

手洗い後、しっかり水気を拭き取りましょう

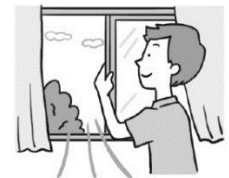


他の人とタオルやハンカチの共用は止めましょう



爪（特に手の爪）は短く切っておきましょう

こまめに・定期的に室内の換気をしましょう



これらは今回の新型コロナウイルスに限らず、多くの感染症で有効な予防対策でもあります。仮に流行が収まってきても、そこでおしまいにはしたくないものです。私たち人間は過去にもさまざまな感染症と闘い、多くのことを学んできました。未知のウイルスに有効な知識の蓄積を活かし、心身の健康につなげましょう。

手洗い・手指消毒について

手に付いた細菌やウイルスを除去する方法として、主に「石けんでの手洗い」と「手指消毒」が知られています。両方を実施すればより効果が高いと研究もあるようですが、どちらか一方でよいとする考え方が一般的です。

- ・外から室内に入るとき
- ・咳やくしゃみを手で押さえた時
- ・鼻をかんだとき
- ・調理や食事の前
- ・トイレの後
- ・他の人と共有のものを触った時



特に、これらのタイミングでは必ず手洗い、手指消毒を行いましょ。なお、手が荒れていると細菌やウイルスが定着しやすいことに加え、手にしみて痛いため、特に子供では手洗いや手指消毒自体に消極的になる恐れがあります。手荒れ対策にも留意したいところです。また、手指消毒には洗浄効果はないため、手が目に見えて汚れている場合は手洗いを行う必要があります。

まだまだ新型コロナウイルスの予防対策は必要となりそうです。この保健だよりに記載されていることを守るとともに、発熱や呼吸器症状、嘔吐・下痢等の症状が本人及び家族に見られた場合は症状時および症状が無くなって24時間以上経つまでは登園を控えてください。