



ほけんだより

5 月

令和2年5月1日発行

新しい生活が始まって、1ヶ月が経ちました。規則正しい生活のリズムはつかめましたか。日頃より健康を意識した生活を心がけ、病気や事故から子どもを守るようにしましょう。新型コロナウイルスによる家庭保育のご協力ありがとうございます。今後も保育園でも感染対策をしっかり行っていきたいと思います。ご家庭でもバランスの良い食事、十分な睡眠、人混みを避けた散歩や自宅でできる体操、ストレッチなどでリフレッシュし、ウイルスに負けないようにしましょう。また、正しい手洗い、咳エチケットで、かからない、うつさないようにしましょう。



今月に歯科検診、内科健診が行われる予定でしたが、新型コロナウイルス感染症の影響によりなくなりました。ご了承下さい。



4月の感染症

突発性発疹
急性胃腸炎
溶連菌



新型コロナウイルス感染症は、遺伝情報として一本鎖RNAウイルスで、粒子の一番外側に「エンベロープ」という脂質からできた二重の膜を持っています。ウイルスは自分自身で増えることは出来ませんが、粘膜などの細胞に付着して入り込んで増えます。物の種類によっては、コロナウイルスが付着して24~72時間位は感染する力を持つと言われています。ウイルスは、目に見えないので、自分の体にいつ侵入するかわかりません。その為、3密を避ける事と手洗いが重要です。ハンドソープを使った手洗いは、コロナウイルスの脂肪の膜を壊すことが出来ます。また、消毒用アルコールも同じで更に脱水作用で細胞内部の他の体液も蒸発させてしまう為、感染力を失わせることが出来ます。他に界面活性剤を含んだ洗剤や次亜塩素酸Naを規定量で薄めた物も有効です。簡単に予防が出来る手洗いを励行しましょう。

