



〒244-0003 横浜市戸塚区戸塚町 157-3
ONE FOR ALL 3階
[TEL:045-871-1262](tel:045-871-1262)

戸塚共立ひかり病児保育室

暑かった夏も終わり、肌寒さを感じる事が多い季節になりました。季節の変わり目で、体調を崩すことも増えてくるかもしれませんね。この度、ひかり通信春号に続き、秋号を発行いたします。今回は保育室の感染対策や内服の仕方、手作りおもちゃなどについて、掲載していきます。お気軽に手に取ってご覧ください。



《保育室の感染対策 Q&A》

病気のお子様をお預かりするうえで気を付けていることは感染対策です。利用する保護者の方も気になっているところをお答えします！

Q、食器や哺乳瓶はどのように消毒してますか？

A、洗浄後 90℃ の高温乾燥機で 50 分消毒、乾燥させます。水滴が完全に乾くほどの高温で乾燥させると、ほとんどのウイルスは感染力を失います。アルコールが効かないノロやロタウイルスも、85～90℃で 90 秒以上加熱すると、感染力は失われます。

Q、保育室ではどのような消毒薬を使用していますか？

A、保育室では次亜塩素酸成分の極めて耐性菌がでにくく、菌を除菌した後、水に戻る安全性の高い消毒薬を使用しています。舐めても人体には影響がありません。

Q、おむつ交換はどのようにしてますか？

A、おむつ交換マットに処置用シーツを敷きそのうえで交換し、その都度処置用シーツは破棄します。保育者は必ずゴム手袋を装着し感染予防に努めてます。マットはおむつ交換ごとに消毒液噴霧→ふき取りで消毒します。

Q、おもちゃの消毒はどのようにしてますか？

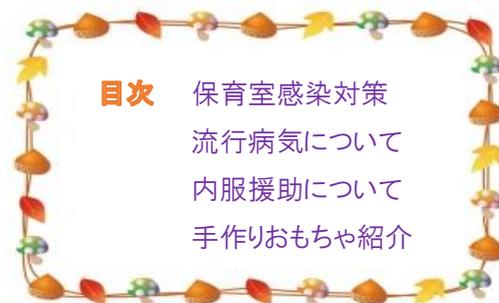
A、使用後毎回消毒液を噴霧し 30 秒以上おいてから拭きとります。

Q、室内の消毒はどのようにしてますか？

A、閉室後に床やドアのなどは消毒液で拭き掃除をします。

Q、寝具はどのように消毒するのですか？

A、マットは防水なので、おもちゃ同様消毒液噴霧後ふき取ります。シーツは洗濯し、高温乾燥機で 40～50 分乾燥します。消毒も洗濯も、乾燥も毎日行います。



《流行している病気とこれから流行が予想される病気》

RSウイルスとヒトメタニューモウイルス

ウイルス名	RSウイルス	ヒトメタニューモウイルス
ウイルスの特徴 	多くのウイルスは風邪症候群で済みますが赤ちゃんやお年寄りには重症化して細気管支炎、肺炎などの症状を起こすことがあるので注意が必要です。 流行時期は冬に多いと言われていますが、近年は夏場にも多く発症例があります。	インフルエンザ、RSウイルスに次いで多い呼吸器疾患のひとつ。2001年にオランダで発見された新しいウイルス 流行時期は3月～6月ですが、RSウイルス同様、今年は夏場にも多くみられました。
症状	この2つの症状はとても似ています。4～5日の潜伏期を経て鼻水、咳、発熱がみられ、さらに症状が進むと、気管支炎や細気管支炎を発症して「ゼーゼー」とか「ヒューヒュー」といった喘鳴があらわれます。通常は1～2週間で回復します。	
診断・治療 	迅速キットで検査し診断できます。診断がつけば病気の原因を知ることができ安心につながります。また細菌感染の合併症がない限り抗生物質も内服する必要がないため適切な投薬が受けられます。 治療としては特効薬がないので、発熱や呼吸器症状を和らげるための吸入や吸引、投薬などの対処療法が主体となります。睡眠や食事、水分がとれているかも大きな診断材料となります。	



インフルエンザウイルス

ウイルスの特徴	他の風邪ウイルスとは異なり感染力が強く毎年冬から春にかけて流行する。 A、B、C、3種類のウイルスが存在しA型、B型がヒトの間で大きな流行を起こしている。
症状	高熱、のどの痛み、咳、くしゃみ、鼻汁、頭痛、関節痛、筋肉痛
診断・治療 	小児科などのクリニックで迅速キットで検査し診断できます。 インフルエンザの治療には抗インフルエンザ薬が有効。投薬することでインフルエンザにかかっている期間を短くし症状を軽くします。ウイルスを消滅させるわけではなく、増殖を抑える薬なので、登園時期などは必ず医師の指示に従いましょう。
予防 	インフルエンザが流行する前に予防接種を受けることが有効、ワクチン接種を行っていてもインフルエンザに罹ることもありますが多くの場合症状が軽く済みます。 発熱の持続期間はもちろん、咳嗽などの症状も軽く済む可能性があります。 日常生活では流行時は外出を避け人込みを避けましょう。手洗い、うがい、マスクをし、栄養バランスの良い食事と十分な睡眠をとりましょう。



《内服援助について(抗生剤・抗ウイルス薬)》薬剤師さん、成戸先生に聞きました。

病院に受診すると必ずと言ってよいほど、お薬が処方されます。今回は抗生剤のお話をさせていただきます。

前回のひかり通信でも書きましたが、いわゆる風邪と言われているもので抗生剤の内服が必要な場合はあまり多くありません。逆を返せば、病院の先生が抗生剤を出したときは必ず内服をしてほしいときなのです。内服できないことで病気が悪化することがあります。症状が長引いてしまうことも考えられます。

しかし、全員がすんなりと薬を飲めるわけでもありません。(なぜ嫌がるか、考えられそうな理由を下記に記入してみました。)内服で困っていることがあれば、送り迎えの時などに相談してみてください。保育室内での内服の様子をお伝えしたり、より良い方法を一緒に考えていければと思っています。一口メモ程度ですが内服のポイントを載せましたので参考にしてみてください。



薬を嫌がる理由として①**おいしくない**(苦みがあったり個々で嫌いな味がある)②**無理やり飲ませようとされる姿勢に反抗して**
③**病気でしんどい**④**飲むことの原因が分からない**などといった理由が混ざりあっています。



①**味の調整は**、相性の良い食べ物を下記に記しました。苦みはタンパク質で軽減されるのでココア、濃いめの味噌汁(味噌がタンパク質)、カレースープがおすすめです。味噌汁、味見してみましたがいは多少残りますが、苦みはかなり消えていました！服用後は、薬が口に残らないよう、十分な水分を取らせることも大切です。

②③**に対しては**、少しでも飲めた時、無理やり飲ませてしまったときは大げさに褒めてあげましょう。ご褒美も少しなら良いと考えます。(3歳以上ならお口直しのアメや甘いおやつ、乳幼児は気分転換のDVD鑑賞など)

1歳くらいからは好きなキャラクターも出てくる頃ですので、薬の袋にキャラクターを描き、〇〇の薬飲もうねと、促してみるのも良いかと思えます。

④**に対しては**、理解出来なくとも、なぜ飲まないといけないものなのか、お話することは先々を考えても大切です。

しっかり理解できるのは3歳後半からと言われていますが、病気が治ったときには「薬を飲んだから治ったね」と伝えておくのも効果的です。また、兄弟やお母さんが実際に頑張って薬を飲んでいる姿を見せるのも効果的です。(ただやりすぎると逆効果で拗ねたり癩癩など起こすこともありますので適度に行いましょう)

薬は飲めることがベストなのですが、1、2歳児はどこかで諦めは持つておく事も必要かもしれません。飲めなかったことを叱る必要は全くありません。お母さんには甘えてしまって…という場合も少なからずあります。説得してもどうしても飲んでくれなかったときなどは、保育室であげることも可能ですし、看護師や保育士に相談してみてくださいね。

薬品名	味	効果	相性の良い混ぜ物
メリアクト	甘いかわずかな苦みあり。 バナナ味	溶連菌や2次感染予防に使用	ココア・チョコクリーム
ワイドシリン	甘い、ミックスフルーツ味	溶連菌や2次感染予防に使用	アイス・プリンなどなんでも合う
ジスロマック	甘さと苦みが混合 パイン・オレンジ風味	マイコプラズマ肺炎などに使用	ココア・アイス・シロップ
オゼックス	甘い、ストロベリー味	特に肺炎時に使用	ココア・アイス
タミフル	甘い、ミックスフルーツ味	インフルエンザウイルスの増殖を抑える	ココア・チョコアイス



どの薬にも共通して言えることですが、**薬が苦手な子に量を増やしてしまうことは飲めなくなる一番の原因です**。ご飯やミルクに混ぜることは絶対にやめてください。そのものが嫌になってしまうことがあります！何かに混ぜるときはスプーン1~2杯程の量に加えるようにしてください。何に混ぜても嫌がる場合はスプーン上で少量の水で薬を溶き、1回で全部を口のやや奥に入れるようにしてみてください。ワイドシリンやジスロマックは1回量が多いので薬袋にスプーンで極少量の水を入れペースト状にして2回ほどに分け、同じように口のやや奥に入れるようにし、その後十分な水分を取らせてあげてください。

《手作りおもちゃの紹介》

保育室で実際に製作の時に作って遊んでいる作品を紹介します。簡単ですので、ご家庭でも一緒に作って遊んでみて下さい。



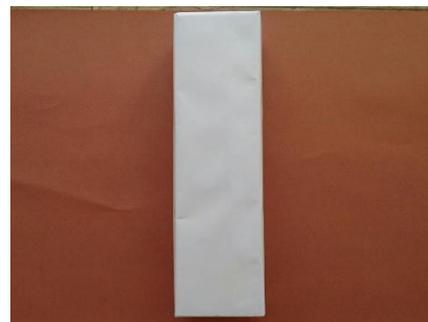
材料：ティッシュの空き箱、包装紙
竹串、ペットボトル蓋4個、モール
ストロー、ウッドビーズ、折り紙



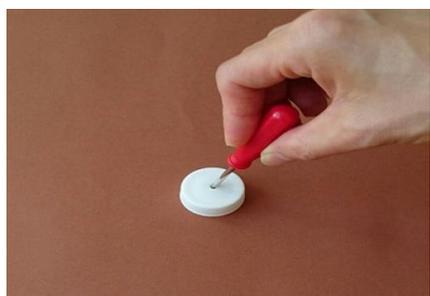
①ティッシュの空き箱を縦に半分に切る。



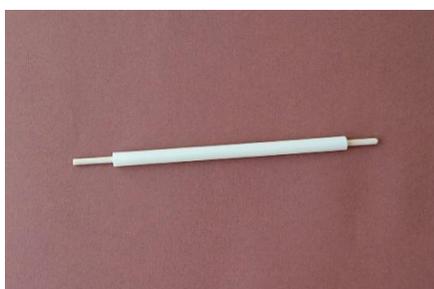
②切り口同士をはめ込んで、セロテープで止める。



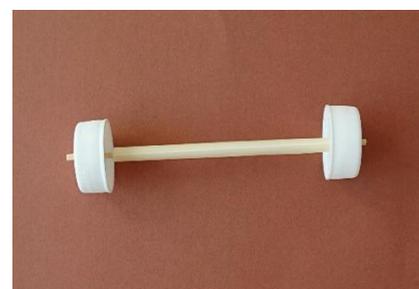
③色紙や包装紙で包んで装飾する。



④ペットボトルの蓋の中央にキリで穴を開ける。



⑤ストロー(12cm)に竹串(14cm)を通す。



⑥穴の開けたペットボトルの蓋を竹串の両端に差し込む。



⑦竹串の先端にウッドビーズをつけてボンドで固定する。



⑧車輪が完成。同じものをもう一つ作る。



⑨本体に折り紙やモールで窓やパンタグラフをつけ、車輪をつけたら**完成！！**