



感染性胃腸炎（ノロウイルス）に注意しましょう

お正月休みが終わり、園生活が再スタートしてからしばらく経ちました。
生活リズムが戻りつつある一方で、体調を崩しやすい時期でもあります。
今月はこの時期に流行しやすい感染性胃腸炎（ノロウイルス）についてお知らせします。



感染性胃腸炎（ノロウイルス）ってどんな病気？

感染性胃腸炎は、嘔吐や下痢を主な症状とし、**発熱を伴わないこともあります。**

特に乳幼児では、急に症状が出る、夜間に嘔吐するなど突然の体調変化が見られることもあります。

👁️ こんな様子が見られたら注意しましょう

- 突然の嘔吐
- 下痢が続く
- 食欲がない
- なんとなく元気がない、ぐったりしている

※ 発熱がない場合でも、体調の変化には注意が必要です。

ノロウイルス対策のちょっとした豆知識

ノロウイルスは、アルコール消毒が効きにくいとされています。

そのため、ウイルスを物理的に洗い流す「手洗い」が、予防としてとても大切になります。

手洗いは、石けんと流水でしっかり行いましょう。

ご家庭でも、帰宅後や食事前など、

できるタイミングでの手洗いを意識してみてください。



ご家庭での対応のポイント

嘔吐や下痢が見られる場合は、**無理に食べさせる必要はありません。**

まずは**水分がとれているか**を目安に、様子を見てあげてください。

ぐったりしている、尿の量が少ない、何度も嘔吐を繰り返すなどの様子がある場合は受診を検討しましょう。

0歳さん（ミルクが主な栄養のお子さん）の場合

まだミルクが主な栄養源の時期は、嘔吐や下痢があると、**水分が不足しやすくなる**ことがあります。

少量ずつでもミルクが飲めていて、おしっこが出ており、機嫌が保たれている場合は、ご家庭で様子を見られることもあります。

ただし、ミルクをほとんど飲めない状態が続く場合や、ぐったりして元気がない様子が見られる時は、

脱水の心配もあるため、早めの受診を検討してみてください。



園とご家庭でたいせつにしたいこと

園では、日々の健康観察や手洗いなど、基本的な感染予防を大切にしています。

登園前に嘔吐や下痢があった場合や体調が気になる際は、無理をせず園までお知らせください。

登園の目安は、嘔吐・下痢が治まり食事がとれるようになってからです。

園とご家庭で情報を共有しながら、感染拡大の予防に努めていきたいと考えています。

感染性胃腸炎は回復後もしばらく体力が落ちやすいため、元気そうに見えても無理のないペースで過ごしていきましょう

