



# 感染性胃腸炎を予防しよう!

近くの学校で、感染性胃腸炎が流行しています。青郷小学校では、少し前に「胃腸かぜかも」という理由で欠席する人がありましたが、幸い、流行するまでにはなりませんでしたが、油断は禁物です。2学期末の大事なまとめができなくなったり楽しい冬休みをすごせなくなったりしないようにしっかり予防しましょう。

## 「胃腸かぜ」＝「感染性胃腸炎」と思ってください

お医者さんは、簡単なことばで分かりやすいようにするために「胃腸かぜ」ということばをよく使われますが、多くの場合、正式には「感染性胃腸炎」という病気です。

感染性胃腸炎を起こす原因はいろいろありますが、冬に特に多いのが「ノロウイルス」です。だから、冬に感染性胃腸炎（胃腸かぜ）を見たら、ノロウイルスだと思って対処することが必要です。



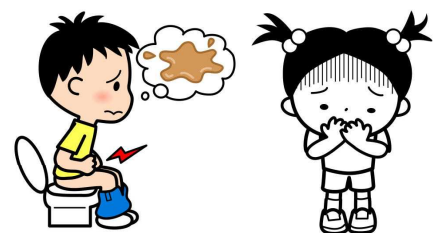
## ノロウイルスは感染力が強い!

ノロウイルスは感染力（うつる力）がとても強いので、数個から100個で胃腸炎をひきおこします。せっけんやアルコールを使ってそうじをしても死にません。吐いたりげりをしたりした人や、それをそうじした人の手についてウイルスが、水道のじゃ口やドアのノブなどについて次々とうつっていきます。つまり、このウイルスは手について、それが口から入ってうつるのです。（食べ物についていて感染した場合は、食中毒となります。）



## ノロウイルスに感染するとどうなるの？

ノロウイルスに感染すると、24～48時間の潜伏期間のあと、突然げりや嘔吐（吐く）が始まります。健康な人は1～2日で治りますが、子どもやお年寄りでは重症になることもあります。



## ノロウイルス感染をふせぐには？

### ○手あらいをしっかりとる！

トイレのあと、食事（おやつ）の前、外から帰ったときなどには、せっけんを使い、流水で30秒以上かけてあらう。

### ○食べ物にはしっかりと火を通す！（85℃以上、1分間の加熱）

### ○吐いた物や便の処理に注意する！



### 注意!!

学校でもおうちでも、トイレではいたりげりをしたりして、便器やゆかなどがよごれてしまったときはもちろんですが、よごれなかったり自分できれいにふいたりできたときも、先生やおうちの人に必ず伝えてください。

- ①吐いた物や便の処理はおとなの人にしてもらい、子どもは近づかない。
- ②処理をする人は、使い捨て手ぶくろ、マスクを使って、しぶきなどがつかないようにする。
- ③窓をあけて換気する。
- ④ふき取りに使った布やペーパータオル、手ぶくろなどはビニール袋に入れてきっちりしばって捨てる。このときに、10倍にうすめた塩素系殺菌消毒剤（「次亜塩素酸ナトリウム」と書かれているもの。商品名はハイター、ブリーチなど）を入れるとよい。
- ⑤吐いた物がついた床、トイレなどは塩素系殺菌消毒剤で消毒する。
- ⑥服やシーツについたときは、できれば熱湯で1分以上せんたくするか、塩素系漂白剤につける。
- ⑦治ったと思っても、3～7日は便の中にウイルスが出てくるので、ゆだんしない。

## 保護者の方へ

冬季はノロウイルス等による感染性胃腸炎が多発する時期です。学校での集団発生を予防するため、次の点について、ご理解、ご協力をいただきますようよろしくお願いします。

- ①嘔吐、下痢等の症状がある場合には無理に登校させず、早めに受診してください。
- ②学校で嘔吐、下痢等の症状が出た場合には、原則として、早退していただきます。
- ③感染性胃腸炎が疑われる場合、嘔吐や下痢等で汚れた衣類は、そのまま密封してお渡ししますので、ご家庭で処理をお願いします。

## おたふくかぜ(流行性耳下腺炎)も続いています

11月の初めからおたふくかぜにかかる人が出てきて、今日までに12人がかかりました。おたふくかぜは潜伏期間といって、ウイルスが体に入ってから実際に症状が出てくるまでの期間が長い(2～3週間、平均18日)ので、流行が長く続くことがよくあります。予防方法は、かぜやインフルエンザと同じ、手あらい、うがい、マスクをつけるなどです。

