

◎感染性胃腸炎（ノロウイルス等）予防対策

ノロウイルス等による感染性胃腸炎や食中毒は一年を通じて発生しますが、特に冬季に流行する傾向があります。感染すると、おう吐や下痢、腹痛などの症状が見られ、抵抗力の弱い子どもや高齢者などは重症化する恐れがあります。次のことを参考にして、感染を予防しましょう。

①しっかりと手洗い

帰宅後、トイレの後、調理前、食事前などは、手洗いを行います。石けんを十分泡立てて、指先から手首までしっかりと洗い、流水で十分に洗い流し、洗った後は清潔なタオルやペーパータオルで水分を拭き取りましょう。



②食品は加熱調理

食品はしっかりと最後まで火を通して調理しましょう。食品の中心温度が85℃で1分間以上加熱が目安です。



③調理器具の殺菌

調理器具をよく洗い、熱湯（85℃で1分間以上加熱）や塩素濃度0.02%の次亜塩素酸ナトリウム（市販の塩素系漂白剤を薄めたもの）で殺菌しましょう。

④汚物の処理（2次感染を防ぐ）

感染した人の便やおう吐物には直接触れないようにし、使い捨ての手袋やティッシュペーパー（キッチンペーパー）などを使って処分しましょう。おう吐物のあった床などは、塩素濃度0.02%の次亜塩素酸ナトリウム（市販の塩素系漂白剤を薄めたもの）で浸すように拭き、10分後に水拭きをしましょう。
※アルコールや逆性石けんはあまり効果がありません。



【乳児健康診査】

（母子健康手帳・乳児健康診査票持参）

●対象 生後1・3・7か月児

※各医療機関にお問い合わせのうえ、受診してください。

【1歳6か月児健康診査】

（母子健康手帳・健康診査票持参）

■保健センター

○とき 2月6日(水) 13:00～14:00

■小野田保健センター

○とき 2月8日(金) 13:00～14:00

【3歳6か月児健康診査】

（母子健康手帳・健康診査票・尿持参）

■小野田保健センター

○とき 2月22日(金) 13:00～14:00

【すくすく相談】（母子健康手帳持参）

●対象 乳幼児とその保護者

●内容 乳幼児の身体測定、育児相談、栄養相談

■保健センター

○とき 2月14日(木) 9:30～11:15

■小野田保健センター

○とき 2月21日(木) 9:30～11:15

【すくすくベビーサークル】

●対象 0歳～1歳3か月児とその母親

■小野田保健センター

○とき 2月21日(木) 10:00～11:30

○内容 お手玉で遊ぶ

【育児学級】

（母子健康手帳・筆記用具持参）

●対象 生後3か月～6か月の乳児とその保護者

●申込先 保健センター

■小野田保健センター

○とき 2月15日(金) 13:30～15:30

○内容 小児科医講話、座談会

■保健センター

○とき 3月15日(金) 13:30～15:30

○内容 育児のポイント、離乳食について（調理実習有）

※2回で1コースとなります。

【健康体操】

■出合公民館

○とき 2月21日(木) 9:30～11:00

○内容 健康チェック、SOSおきよう体操、はつらつ山口健康体操など