

## ・乳幼児と手洗い・

私たちは日常生活の中で、ドア/フヤスマートフォン等、  
乳幼児であれば、おもちゃや遊具で遊んだり、様々なものに触れますね。  
お子さんの手洗い、どうしてますか？

身の回りの無数の細菌やウイルスは環境中に長時間生存することが知られており、たとえばインフルエンザウイルスは環境中に1～2日、皮膚常在菌といわれる黄色ブドウ球菌は最大で7か月生存するそうです。その間に私たちは無意識のうちに目を擦ったり、口に触れたりするので、知らない間に病原体が体内に侵入する可能性があります。

## \* 手洗いの効果 \*

①手に付いた病原体から自分自身を守る ②手を介してほかの人に病原体を拡げない

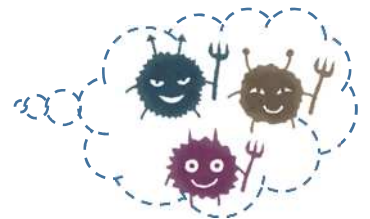
手洗いはこれからずっと続けていく習慣です。幼児期のうちから楽しみながら教えていきましょう。30秒以上かけて石けんと流水で手洗いをすることによって、手に付着している細菌を60～600分の1程度に減らすことができます。

擦式アルコール製剤は、手洗いに用いる石けんや水がない場合に使用します。誤飲したり、目に入らないよう大人が見ているところで使用するようにしましょう。



## \* 手洗いのタイミング \*

- ・外から帰ってきたとき ・食事の前 ・トイレの後
- ・鼻をかんだり、せきをした後
- ・動物に触れた後 など



## \* 自分で手を洗えない赤ちゃんへの対応 \*

赤ちゃんの手に目に見える汚れがあるときは、保護者の手で流水による手洗いをします。まだ首がすわっていない赤ちゃんでは流水による手洗いが難しければ、ウェットティッシュや濡れたガーゼで拭き取ってあげましょう。

赤ちゃんを感染から守るために、まずは保護者や兄弟が感染源とならないようにしっかり手洗いをするのが重要です。また、物を介した感染を防ぐために、おもちゃやぬいぐるみなど赤ちゃんがよく触れるものは、適宜消毒もしくは洗濯することも大切です。

参考資料：月刊「母子保健」



**手洗いで感染を予防して、みんな元気に過ごしましょう!**



## 矢本子育て支援センターほっとふる

〒981-0503  
宮城県東松島市矢本字大溜9-1 (東松島市図書館東隣)  
TEL/0225-84-2676 FAX/0225-84-2853  
E-mail [hotful842676@gmail.com](mailto:hotful842676@gmail.com)  
開館日・時間 月～金曜日 9時～16時  
相談 9時～17時

## 鳴瀬子育て支援センターあいあい

〒981-0303  
宮城県東松島市小野字新宮前5 (鳴瀬庁舎内2階)  
TEL/0225-87-2338 FAX/0225-87-2338  
E-mail [hotful842676@gmail.com](mailto:hotful842676@gmail.com)  
開館日・時間 月～木曜日 9時～16時  
相談 9時～17時



# 知って安心☆入園入所のアドバイス

4月の入園入所が近づくにつれ、子育て支援センターに遊びに来る保護者の皆さんから、特に多く聞かれる質問に対して、子育て支援課行政専門員横江先生からアドバイスを頂きまとめてみました。

## Q1. 家族から長い時間、離れたことがないです。泣かないで登園するにはどうしたらいいですか？

A.子どもは環境が変わると不安になったり泣いたりするものです。「泣いてもいいよ」と受け止め、家族もおおらかな気持ちでいてください。家族の不安がお子さんに伝わってしまいます。お家では十分にスキンシップをとり、保育所は楽しいところ、先生がいれば大丈夫と話題にしてください。家族も一緒に保育所を楽しんでください。



## Q2. 園生活に早く慣れて欲しいのですが、どうしたらいいですか？

A.慣らし保育期間は、お子さんが新しい環境に慣れるために必要な時間です。安心できる家族から離れ、保育所も安心できる場所なのだとわかっていくためです。この期間を十分に取ることで保育所生活が安定してきます。反対に慣れたと安心してしまわず、5月の連休明けに、また新しい気持ちで見守ってあげてください。そして、一日頑張ってきたお子さんを、帰ったらたくさん褒めてあげてください。



## Q3. 好き嫌いが多くて給食を

### 食べられるか心配です…

A.新しい環境に慣れる目安として、まず“食”があります。不安がり緊張している子どもは、食べようとしないので初めから食べられるお子さんは多くありません。

好き嫌いについては、年齢にもよりますが、給食をみることで、お友だちが食べているのを見ることから始まり、「ちょっとなめてみる」「ちょっと口にしてみる」を経験し、その都度できたことを褒めてもらい、自信にして、“食べ始める”へ移っていきます。お友だちと一緒に食べることで、いっぱい体を動かして

お腹を空かせることなど、お子様の成長に合わせた、栄養バランスの取れた給食の提供など、保育所には良い環境があります。



お子さんにとっても家族にとっても、新しい環境、生活にはウキウキドキドキのことと思います。まずは、家族が保育所生活を理解し、職員を信頼して、おおらかな気持ちでお子さんを見守ってください。先生方は、些細なことでも答えてくれますので、どんどん話しかけてください。子育てを職員と一緒に楽しんでいきましょう！！



## ファミリーサポート事業 会員の皆様へ

本事業に登録いただいております内容につきまして毎年この時期に確認しております。先日郵送いたしました書類を確認していただき、**3月15日(金)**まで報告お願い致します。

ファミリーサポートセンター事務局より

## 《土曜オープンのお知らせ》

4月から土曜オープンが月2回となります。お父さん達の来館も増えてきました♪ぜひぜひご家族で遊びに来てくださいね！！



## 3月の予定

### 子育てサークル 3月の活動予定

【こっこクラブ】

5日(火)お別れ会

サークルについてのお問合せ、見学の申込みなどは子育て支援センターまで



「東松島市子育て支援センター」HPにも記載しておりますのでご覧ください。

ほっとふる

12日(火)	「花王ビューティーセミナー」 10:00~11:30 自由来館 14:00~
14日(木)	誕生スタンプDAY & おはなし会 9:00~15:00/10:00~10:30 ※自由来館は通常に行っております。
16日(土)	土曜オープン 9:00~16:00
あいあい	
5日(木)	誕生スタンプDAY & おはなし会 9:00~12:00/10:00~10:30 ※自由来館は通常に行っております。