



寒い日が続いています。フロアに入ってしまえば暖かいのですが、行き帰りが冷え込みますので、できましたら暖かいアウター、帽子、手袋、ブーツなどの準備をお願いいたします。

また、積雪や凍結などの交通事情により、予定されている時間より迎え・送り時間が前後する場合がございます。ご家族の皆様のご理解・ご協力をお願いいたします。



# いきいき

NO.103 令和7年2月 だより

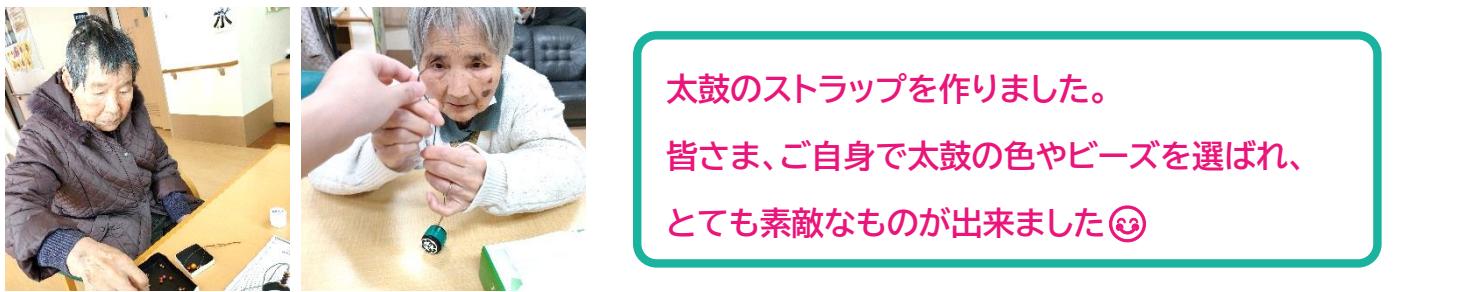
あわら複合ケアサービス

TEL:0776-77-2282

直通:080-4361-4507

住所:あわら市二面2丁目 302 番地

ホームページ:www.naruza.jp/



太鼓のストラップを作りました。

皆さま、ご自身で太鼓の色やビーズを選ばれ、  
とても素敵なものが出来ました😊



毎日のレクリエーションやレッドコードの様子です。



# 家庭でできるノロウイルス対策

## 普段からのノロウイルス対策

### 手洗い ノロウイルスを運ぶのはあなたの手！

必ずやる！

ここが大切！



### 自分や家族がノロウイルスに感染したかもしだれないとしたら

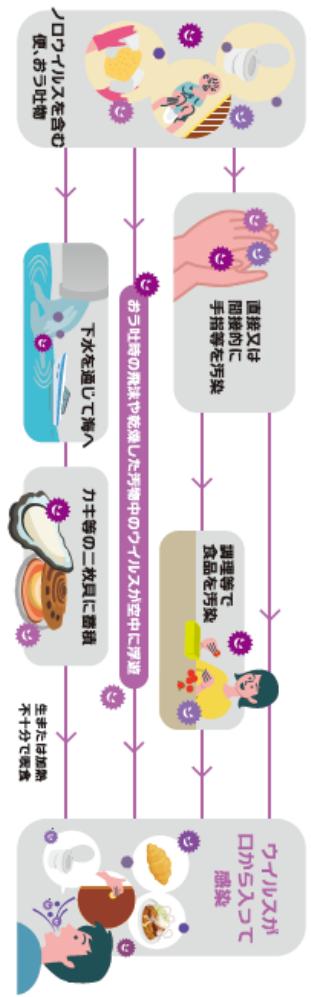
#### おう吐物の処理 ノロウイルス！

- おう吐物処理セットは事前に準備
- マットの例 ペーパータオル、白い布、ごみ袋、バケツ、マスク、石鹼系漂白剤、ペットボトル
- 手袋、ガウン、スリッパ、塩素系漂白剤、ベットボトル
- 处理の手順を覚えておく



### 感染したかもしだれないとしたら

- 01 注意が必要な季節は？ 例年、特に冬季に流行します。
- 02 どのように感染する？ ノロウイルスはヒトの体内で増殖し、便やおう吐物中に排出されます。その後は、主に次の経路でヒトに感染します。



### 感染したかもしだれないとしたら

| 潜伏時間    | 感染後、24時間～48時間で発症  |
|---------|---|
| 主な症状    | 吐き気、おう吐、下痢、腹痛、軽い発熱。通常1～2日程度続く。感染しても症状が出ない、または非常に軽い（胃がむかつく、おならが出やすいなど）場合もある。 |
| ウイルスの排出 | 感染すると、便やおう吐物中にウイルスが排出される。症状がない場合や回復後も1週間程度、便中に排出されているので周囲の人につながる注意が必要。      |

### おう吐や下痢などが続くときは、脱水症状にならないよう水分補給に注意し、医療機関で受診しましょう。

※原液濃度により目的の濃度よりも若干濃くなる場合があります。

#### おう吐物・ふん便が付いた場所、物の消毒用

（0.1%消毒液）

40ml キャップ8個 + 水 2L → 0.1% 消毒液

#### トイレのドアノブ、水栓レバー、便座、衣類、食器類等の消毒用

（0.02%消毒液）

10ml キャップ8個 + 水 2L → 0.02% 消毒液

#### 手洗い液を浸したペーパータオル等で拭く。

0.02%消毒液を浸したペーパータオル等で拭く。

#### 衣類・リネン類

ウイルスが飛び散らないように静かにもみ洗いし、热水洗濯

(85°C 1分間以上)または0.02%消毒液に浸す。

※消毒液（漂白系漂白剤）には、金属の腐食作用があるため、金属部は消毒後水拭きする。

手や調理器具等からの食品汚染を防ぐため、手洗いや手袋着用、器具の洗浄、消毒を徹底する。

使用上の注意点・容器の「使用上の注意」を必ず確認する。・汚れが残っていると効果が弱まるので、できるだけ汚れを取り除いてから使用する。

・効果が残るため、作り直さはしない。

・誤飲、誤使用を防止するため、容器の容器に「消毒液専用」と記載しておく。

※消毒液（漂白系漂白剤）には、金属の腐食作用があるため、金属部は消毒後水拭きする。