



病児保育所 ぶちはびだより

令和6年

2月



岩国市医療センター医師会病院
 病児保育所 ぶちはび
 岩国市室の木町3丁目6-12
 ネット予約 あずかるこちゃん
 お問い合わせ 0827-28-2223
 ホームページ iwakuni-med.jp
 看護師 吉水

あたたかい春の日ざしが待ち遠しいくらい、寒い日が続いていますね。

寒いからといって、部屋の窓を閉めきっていませんか？教室など、みんなが長い時間一緒に過ごす部屋の空気は、ウイルスや二酸化炭素、ほこりなどで汚れています。こまめに換気をおこない、新鮮な空気を取り込みましょう！！

1月の利用状況

延べ利用人数 33件

やりましょう！！ お部屋のよりよい環境づくり

① 加湿・加温

インフルエンザウイルスは、寒くて乾燥しているところが大好き！暖房をつけると、さらに空気が乾燥しちゃうって知っていますか？なるべく空気が乾燥しないように工夫しましょう！(^ ^)！

- ★加湿する
 - ・加湿器をつかう
 - ・ぬれタオルを干す
- ★マスクをする
(のどを乾燥から守ってくれるよ)



冬になると、なぜインフルエンザが流行するの？

寒い（気温が低い）・空気が乾燥している（湿度が低い）

つよいぞ！！
元気いっぱいだぜ～



ウイルスは乾燥に強い

のどがイガイガするよ～



のどの粘膜は乾燥に弱い



インフルエンザにかかりやすくなる

② 換気（空気の入れかえ）

窓を閉め切っていると、空気中にウイルスがいっぱいたまっていきます。また、二酸化炭素も増えます。すると、風邪やインフルエンザにかかりやすくなります！また、頭が痛くなったり、気分が悪くなることもあります！



正しい換気方法は？

- ★1時間に5分窓を開けて換気する
- ★入り口となる窓は5cm～15cm程度開けて、出口となる窓は全開にする
- ★窓を対角線上になるように2か所以上開け、空気の通り道を作る

