



## ロタウイルス感染症の特徴

- 3月～5月に流行
- 乳幼児がかかりやすい
- 感染した2～4日後に発症
- 感染症の症状は水様性の下痢や嘔吐、発熱、腹痛



# 健康通信

## 知っておきたい ロタウイルス感染症

問西尾市保健センター(☎57・0661)

ロタウイルス感染症は、ロタウイルスによって引き起こされる急性の胃腸炎で、例年3月から5月にかけて乳幼児を中心に流行します。ロタウイルスは感染力が非常に強く、ごくわずかな量でも感染するため、ほとんどの子どもが5歳までに一度は感染するといわれています。

### どんな症状になるの？

主な症状は、下痢や嘔吐、39度以上の発熱、腹痛です。乳幼児が感染すると症状が強くなるため、入院が必要になる場合もあります。感染した2～4日後には、水のような下痢や嘔吐が繰り返して起こります。その後、重い脱水症状が数日間続くこともあるため注意が必要です。

### どうやって感染するの？

10～1000個くらいのロタウイルスが手などから口に入ることで感染します。ウイルスは感染者の便に大量に含まれており、その数は1グラムの中に1千億～1兆個といわれています。そのため便を処理した後、十分に手洗いをして手や爪にウイルスが残り、口から入って感染してしまいます。また、ドアノブやテーブルなどに汚染された手で触れば感染経路となります。

### 予防方法は？

オムツの適切な処理、手洗いの徹底などが重要です。オムツを交換するときは、使い捨てのゴム手袋などを使い、直接汚物に触れないようにしましょう。手を洗うときは、せっけんで30秒以上もみ洗いしてください。便や吐物で汚れた衣類は、アルコール消毒ではあまり効き目がないため、次亜塩素酸ナトリウム(家庭用塩素系漂白剤)でつけ置き消毒をした後、他の衣類と分けて洗濯しましょう。ドアノブやテーブル、おもちゃなど乳幼児が触れやすい物は、頻繁に消毒しましょう。

また、ワクチンの接種でも予防できます。ロタウイルスのワクチンには1価と5価の2種類があり、任意(有料)で接種を受けられます。詳しくは医療機関でご相談ください。



# 市民病院Q&A

## Q インフルエンザの予防方法を教えてください

感染管理認定看護師 青木美由紀



**A** 毎年秋から冬にかけて、インフルエンザが流行します。高熱や関節の痛みなどを伴い、人によっては重症化する恐れもあります。

流行を防ぐにはウイルスを体内に侵入させないことや、周囲にうつさないことが重要です。感染を広げないために次の①～④に注意し、一人一人が「かからない」「うつさない」対策を実践しましょう。

- ① 栄養と休養を十分取る
- ② 室内を適度な湿度に保つ
- ③ 人ごみを避け、マスクを着用する
- ④ 外出後に手洗いとうがいをする

この他に、インフルエンザワクチンの接種も予防に有効です。インフルエンザにかかったときの症状を軽くする効果があります。ワクチンの効果が期待できるのは、接種(13歳未満の場合は2回接種)した2週間後から5か月程度と考えられています。そのため、流行前の10月～12月ごろに毎年接種することをお勧めします。ワクチンの接種を希望する方は、かかりつけ医にご相談ください。

問市民病院管理課(☎56・3171)

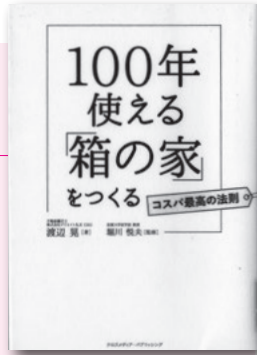
# 図書館ナビ

## Library Navi

### おすすめの新刊

**100年使える「箱の家」をつくる**  
著…渡辺晃／クロスメディア・パブリッシング

一生に何度もない家作り。不動産鑑定士の著者が「家は幸せになる手段」という視点から、快適な住まいを作る不変のルールや住みやすい建物の基本など、家作りのポイントを解説します。



### 12月の映写会

館名	対象	日時	タイトル
西尾市立図書館	小学生以下	8日(土) 午前10時30分	わしも13 わしも、かぜをひく
	中学生以上	8日(土) 午後2時	ファンタスティック4
一色学びの館	中学生以上	22日(土) 午前10時	恋人たちの食卓
	小学生以下	22日(土) 午後2時	大男とクリスマスツリー
吉良図書館	小学生以下	15日(土) 午後1時30分	サンタ・カンパニー
	中学生以上	15日(土) 午後2時30分	地下鉄のザジ
幡豆図書館	小学生以下	1日(土) 午前11時	キティとダニエルのすてきなクリスマス
	中学生以上	1日(土) 午後2時	ジンジャーとフレッド

### 12月の休館日

**全館共通** 12月3日(月)・10日(月)・17日(月)・29日(土)～31日(月)  
**各館** 西尾市立図書館 (☎56・6200) …20日(木)  
 一色学びの館 (☎72・3880) …なし  
 吉良図書館 (☎32・3400) …なし  
 幡豆図書館 (☎62・6588) …なし

### 12月のおはなし会

団体名など	対象	日時
<b>▼西尾市立図書館</b>		
よちよちさんのおはなし会	0～2歳児	13日(木)・27日(木) 午後3時30分
おはなしドキドキ	0～4歳児	11日(火)・25日(火) 午前10時30分
おはなしの会きらら	園児・小学生	1日(土) 午前11時
鶴城ボランティアーズ	園児・小学生	15日(土) 午後3時
水曜おはなし会	どなたでも	5日(水)・12日(水)・19日(水)・26日(水) 午後3時
紙芝居のおはなし会	どなたでも	22日(土) 午前10時
<b>▼一色学びの館</b>		
ラッコランド	0～1歳児	18日(火) 午前11時
めそっこランド	2～3歳児	11日(火) 午前11時
土曜日のおはなし会	園児・小学生	1日(土)・8日(土)・15日(土) 午前10時30分
<b>▼吉良図書館</b>		
おはなしキラキラ	0～4歳児	5日(水)・19日(水) 午前10時30分
ひよこランド	2～4歳児	12日(水)・26日(水) 午前10時30分
よみきかせ会	園児・小学生	2日(日) 午前10時30分
土曜お話し会	園児・小学生	8日(土) 午前10時30分
おはなしくりりん	園児・小学生	19日(水) 午後4時
<b>▼幡豆図書館</b>		
いちごおはなし会	0～1歳児	25日(火) 午前10時45分
おはなしぴょーん	2～3歳児	4日(火) 午前10時45分
幡豆よみきかせの会	園児・小学生	9日(日)・23日(祝) 午前10時30分
はづっこおはなし会	園児以上	18日(火) 午後4時10分

## 児童館だより 12月

内容	対象	日時など
<b>▼中央児童館 (☎57・5661)</b>		
ちびっこ集まれ ※18日(火)は要予約	0～3歳	6日(木)…0歳児ふれあい遊び 13日(木)…大きくなったかな(手形) 18日(火)…クリスマス会 20日(木)…リズム遊び 午前10時30分～11時
おもしろ遊び(プラ板)	小学生	15日(土) 午後2時～2時30分
卓球	小学生以上	火～金曜日 午後3時～4時20分 土・日曜日、祝日、冬休み 午後1時～4時20分
出前児童館	幼児～小学生	6日(木)…三和ふれあいセンター 午後3時～4時30分
<b>▼吉良児童館 (☎32・1191)</b>		
ちびっこ集まれ ※21日(金)は要予約	0～3歳	7日(金)…手形 14日(金)…絵本・手遊び 21日(金)…クリスマス会 28日(金)…おもちゃ作り 午前10時30分～11時
ゲーム遊び	幼児～小学生	8日(土) 午前10時30分～11時
エアポリン	幼児～小学生	15日(土) 午前10時30分～11時
絵本・体操・手遊び	0～3歳	月～木曜日 午前10時50分～11時

- 就学前のお子さんが参加する場合は、保護者同伴でお越しください。
- 詳細は各施設に、直接お問い合わせください。
- 児童館全般については、子育て支援課こども福祉担当 (☎65・2108) へ。

内容	対象	日時など
<b>▼一色児童センター (☎74・2800)</b>		
ちびっこ集まれ ※19日(水)は要予約	0～3歳	5日(水)…クリスマス飾り作り 12日(水)…リズム遊び 19日(水)…クリスマス会 午前10時30分～11時
花餅を作ろう ※要予約	幼児～小学生	16日(日) 午前10時30分～11時30分
一色高校和太鼓演奏	幼児～小学生	22日(土) 午前10時30分～11時30分
パパと作って遊ぼう (こま作り)	幼児～小学生	15日(土) 午前10時30分～11時30分
<b>▼幡豆児童館 (☎63・0131)</b>		
ちびっこ集まれ	0～3歳	7日(金)…リズム遊び 14日(金)…読み聞かせ 21日(金)…手形 午前10時30分～11時
クリスマス音楽会 ※要予約	どなたでも	15日(土) 午前10時30分～11時
制作	年少～小学生	火～日曜日 午後4時～4時30分 土・日曜日、祝日 午前11時～11時30分
絵本・手遊び・体操	0～3歳	火～木曜日 午前11時～11時15分