



令和6年1月発行

あけましておめでとうございます。今年も宜しく
お願い致します。

今月は、子どもたちに人気の絵本とわらべうた、
そして「ノロウイルス感染症予防について」を紹介
します。

❀ 絵本の紹介 ❀

『いいおへんじできるかな』 偕成社

お母さんに呼ばれたゆうちゃん
のお返事はどんなお返事かな？
コミュニケーションの始まりを
存分に楽しめるしかけ絵本です。



『あっ！』 金の星社

子どもが大好きなミニカーやでん
しゃ等、次々と乗りものが出てきて
「あっ！」と見つけます。乗りもの
に興味を持ちはじめた赤ちゃんにぴ
ったりの1冊です。



♪ わらべうたあそび① ♪



『ここはとうちゃんにんどころ』

- ① **ここは とうちゃん にんどころ**
(人差し指で、右ほほを4回軽くつつく)
- ② **ここは かあちゃん にんどころ**
(左ほほを4回軽くつつく)
- ③ **ここは じいちゃん にんどころ**
(おでこを軽く4回つつく)
- ④ **ここは ばあちゃん にんどころ**
(あごを4回軽くつつく)
- ⑤ **だいどう～ だいどう～**
(顔全体をぐるりとなでる)
- ⑥ **こちょこちょこちょ～**
(わきの下をくすぐる)



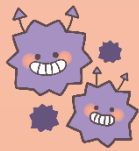
😊 『にんどころ』とは、似ているところという意味です。

♪ わらべうたあそび② ♪

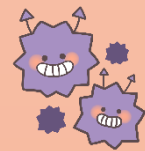


『ぞうきん』

- ① **針に糸を通します。**
(人差し指で子どものお腹の上に線を引くように上から下へおろす)
- ② **ちくちくちくちくちくちくと**
(人差し指で軽くお腹全体をつつく)
- ③ **縫ったらぞうきん出来上がり**
(子どもの両手を持ち交差→戻すを繰り返す)
- ④ **バケツに入れてじゃぶじゃぶじゃぶ**
(両足首をもち足を上下または左右に振る)
- ⑤ **洗ってしぼって 洗ってしぼって**
(しぼるように、右足と左足を交差する)
- ⑥ **ふきそうじ～**
(こちょこちょこちょ～とくすぐる)



ノロウイルス感染症予防



ノロウイルスによる感染症胃腸炎や食中毒は、一年を通して発生していますが、特に冬季に流行します。



《感染経路》

- 食品からの感染（感染した人が調理したものの、加熱不十分な二枚貝など）
- 人からの感染（患者のふん便、嘔吐物からの二次感染など）

※ノロウイルスにはワクチンがなく、また、治療は輸液などの対症療法に限られます。この時期は特に予防を徹底し、感染しないようにしましょう。

《予防対策》

1. 食事の前やトイレの後には、必ず手を洗いましょう。
2. 下痢や嘔吐などの症状がある方は、食品を直接取り扱う作業をしないようにしましょう。

3. 加熱が必要な食品は中心部までしっかり加熱して食べましょう。(中心部を85~90℃、90秒以上加熱でノロウイルスが死滅します。)
 4. 調理器具等は使用後に洗浄、殺菌しましょう。(熱湯85℃、1分以上の加熱又は次亜塩素酸ナトリウムで浸すように拭くと効果的です。)
- 一番効果的なのは、こまめな手洗いうがいでウイルスを残さない事です。



**次回のぽかぽかは
2月6日(火)です。
お待ちしております。**

