

# あいあいあそび号 Part5

2021年2月発行

「あいあい」  
QRコード



\* 胃腸炎のホームケアと小麦粉(米粉)遊びを紹介します \*

## 胃腸炎について

例年、寒くなると「おなかの風邪」や「胃腸炎」と呼ばれる風邪が流行します。症状としては、突然、嘔吐が始まり、腹痛から下痢へ症状が悪化していきます。ノロ、ロタなどのウイルスによる感染もあります。

### 脱水に注意しよう！

嘔吐や下痢によって体の水分が減っていってしまうので、脱水症状には注意が必要です。脱水症状を防ぐために、吐き気が治まってきたら、少しずつ水分を補給します。水分補給は、スプーン1杯からが目安です。急にたくさん飲むと、嘔吐を誘発してしまうことがあります。

### 準備しよう！

子どもはいつ嘔吐するか分からないので、子どものそばに嘔吐物をキャッチできるものを準備するといいですよ。おすすめは、牛乳パックの上部を開き、ビニール袋を中にセットしたものです。嘔吐物をキャッチした後は、そのまま捨てる事が出来るので便利です。

また、寝ているときの嘔吐には布団にペットシートなどを敷いておくのも、片づけが楽になります。



## 気を付けよう！二次感染～消毒方法～

感染力が強いため、二次感染を出来るだけ防げるよう、処理や消毒に注意を払いましょう。

- ① 換気をし、ビニール手袋、マスクをつけて処理します。
- ② ハイターなどの塩素系漂白剤を500mlのペットボトルキャップ1杯分を500mlの水で割った消毒液で拭き取るか、または、85℃以上のお湯に1分以上つけ消毒を行います。
- ③ 水道の蛇口、トイレ、洗面台、ドアノブも忘れずに消毒液をしみこませた布やキッチンペーパーなどで拭き取ります。
- ④ 拭き取った金属部分は傷み防止のため、10分程度で水ぶきをします。
- ⑤ 使用した、マスク、手袋、布、キッチンペーパーなどはビニール袋へ入れ密封して処分します。
- ⑥ 処理後は手洗いとうがいをよく行ってください。

\* お子さんが下痢をしている場合は、入浴は一番最後にしましょう。

\* ハイター等の家庭・台所用塩素系漂白剤は、色・柄物は漂白されてしまいますので、注意して使用しましょう。

### 重症化を防ぐために…



ロタウイルス感染症はワクチン接種をすることで、重症化を防ぐことが出来ます。ロタウイルスのワクチンは令和2年10月1日より定期接種となりました。初回の接種は生後14週6日までに行います。

予防接種について、詳しく知りたい方は、健康推進課保健師へ聞くことも出来ますので、あいあいスタッフにお気軽に声をかけてください。



地域子育て支援センターあいあい ☎011-376-6637

## 小麦粉ねんどの作り方

### < 材料 >

- 小麦粉 1カップ(米粉でも代用できます)
- 水 1/3カップ
- 油 少々
- 塩 小さじ1

※小麦アレルギーのある場合、米粉でも小麦粉と同様に遊ぶことができます



1、ボウルなどに小麦粉と塩、油をいれて混ぜる。

- ※ 塩は、ねんどがいたみにくくなります
- ※ 油は、ねんどがまとまりやすくなります



2、水を少しずつ入れていき、耳たぶくらいの柔らかさになるよう、こねる。



3、ひとかたまりになったら、完成です！  
握ったり、丸めたり、伸ばしたり…  
たくさん感触を楽しんでみて  
ください♪

ラップに包んだり、タッパーに入れたりして密封し、冷蔵庫で保管することができます。嫌なおいがしたら、傷んできているので、遊ぶのをやめましょう。乾いて来たら、濡れ布巾にくるんでおくと、また柔らかくなります。

## カラフルな小麦粉ねんどを作ろう



1、食紅の赤・青・黄の三色で色を着けました。  
ねんどを三等分に分け、少量の食紅を混ぜます。  
食紅は少しずつ加えるのがコツです。

三色のねんど  
が出来ました



ねんど同士を混ぜ合  
わせると、色々な色  
が出来上がります

### ～子育て思い出話～



あいあいスタッフの子どもが小さかった時の話です♪  
家でフライなど揚げ物をした時に…

ママの隣で残ったパン粉、小麦粉、卵を混ぜ混ぜ…すると、ねんどみたいにまとまってきます。「ママと一緒に」が嬉しく楽しい時期の子ども達は喜んで、遊んでいたそうです♪一緒の場所でお料理ごっこをしていると、手の離せないお料理中も、お子さんの様子が分かりますね。