

# 感染性胃腸炎に注意!!

1月に流行がピークを迎えるのが感染性胃腸炎!  
別名「ノロウイルス」と呼ばれ、食中毒の原因No.1なのだとか。

## 【感染性胃腸炎の症状】

ノロウイルスが口から入ると、1~2日の潜伏期間の後、感染性胃腸炎を発症します。  
感染力が非常に強く、1度かかっても何度でも感染するのが特徴です。  
症状は吐き気や嘔吐、下痢が基本ですが、中には頭痛・悪寒・筋肉痛・発熱・咽頭痛を伴うこともあります。  
基礎体力の弱い方だと下痢や嘔吐に伴った脱水症状や肺炎といった合併症を引き起こすこともあるので注意が必要です。  
治療には現在特效薬がないので、対症療法のみというのが現状です。

## 【感染性胃腸炎への対策!】

流水と石鹸による手洗いの徹底が重要!!  
さらに、家庭では以下の対策を行いましょう。  
(1)二枚貝は生では食べない(85度以上で最低1分の加熱)  
(2)調理用品などの消毒(まな板・包丁・食器・ふきんなどは85度以上の熱湯で1分間加熱消毒)  
(3)嘔吐物のついた衣類・物品・床などは塩素系消毒  
※アルコール消毒は効果がない。  
感染してしまったら、体力を消耗しないよう少しずつ水分補給をしましょう。  
脱水症状がひどい場合には病院にて輸液を行うのも重要になります。  
感染しないように予防することが大切です。

## 子供の考える力を高める!? ~魔法の質問をするためのポイント~

今回も魔法の質問の様々なケースをみていきましょう!

### \*ケース別の魔法の質問④

④おもちゃやお菓子など どれを買おうか迷っているとき  
買い物の場面で子どもに学ばせたいのは、物を選ぶときの基準です。ですから、大人が「こっちのほうがいいんじゃない?」と答えを出してしまっただけでは意味がありません。迷う時間を認めなかったり、急がせたりする質問もNGです。

いくつか候補がある場合、まずは「どこが好きなのか」を考えさせて、似たものが家にないか、他の物で代用できないかなど、質問を重ねながら本当に買う必要があるのか一緒に考えてみましょう。AかBか迷っているときには、同じ質問を重ねて両者を比較しながら、どちらを買った方がいいか、時間はかかっても子ども自身に答えを出させましょう。

### ~魔法の質問~

「これはどこが好きなの(気に入っているの)?」AかBかを迷っているとき「Aはなぜほしいの?」「Bはなぜほしいの?」

### \*ケース別の魔法の質問⑤

⑤習い事など 新しいことに挑戦するとき

何か新しいことを始めるときは、子どもも不安に思うもの。それをポジティブなイメージへと変えていく質問をすることがポイントです。

例えば習い事の場合、「ピアノが上手になったら何がしたい?」など、習い事の先にどんな自分をイメージしているのかを質問して考えさせましょう。子どもが習い事から帰ってきたら、学んだことを質問して振り返らせることも忘れずに。「パパも早く〇〇のピアノが聞きたいって!どの曲をパパに聞かせてあげたい?」など、やる気をアップさせるような質問をすると、習い事を楽しみにできるようになります。

### ~魔法の質問~

「(始める前に)もし〇〇ができるようになったら、なにがしたい(どうなりたい)?」  
「(挑戦した後に)何が出来るようになったの?」

★ケース別の魔法の質問はまだまだ続きます!

# あおやまマガジン

第15号  
1月発行

JSS あおやまスイミングスクール  
盛岡市青山3丁目7-24  
019-645-0101  
営業時間 月~金 9:30~20:30  
土 8:30~20:00  
日曜定休

## ★中高生コース★



本地幸真くん

山本爽太くん

勉強も水泳も全力で頑張っています!  
小6のみなさん、中高生コースで楽しく水泳を続けましょう!

## ●スタッフ紹介● 健太コーチ



背の大きさはスタッフナンバー1☆  
優しさいっぱいな健太コーチを  
宜しくお願いします!!



## 今年もよろしく お祈ります

## ~お知らせ

~1月休館日~

1/31(水)

\*日曜定休

2月プール無料開放

2/18(日)13:00~16:00

