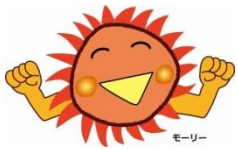


ほけんだより「げんき大すき」では、子どもたちの健康に関する情報をお知らせしています。家族と一緒に読んで、ご家庭でも健康について考えてみてくださいね。



げんき大すき

ほけんだより No.9

〔H29.1.18〕

日之出小学校保健室

●インフルエンザ流行中！ 1年2組学級閉鎖

かぜやインフルエンザが流行しています。インフルエンザA型に感染している子が増えている1年2組は、1月19日(木)・20日(金)の2日間、学級閉鎖をすることになりました。学校全体では、今日はインフルエンザA型が10名でています。

手洗い・うがい・換気など、予防対策をしっかりと、インフルエンザにかからないようにしましょう。また、かかってしまった場合は、早めに休養し、ひどくならないようにしましょう。

ほぼ全域で流行しています。



感染症情報システムより

インフルエンザ1月18日(水)福井市
☆福井市内でも多くのインフルエンザ患者が出ています。

●インフルエンザは「出席停止」です

インフルエンザにかかると、「出席停止」になります。かかってしまった場合は、しっかり休養をとりましょう。最近、薬でわりとすぐに熱は下がります。しかし、熱が下がってもウイルスが体内にあるため、他の人にうつす可能性があります。発症後5日間はしっかり休んでください。

インフルエンザ!?

登校再開はいつになる?



原則

発症後、5日を経過し、かつ
解熱後2日を経過するまで出席停止です。



発熱



解熱



解熱後



登校可能

※1 発症日	1日目	2日目	3日目	4日目	5日目	6日目	7日目

※1 発症日翌日を1日目と数えます。

※2 発症から5日を経過しても、解熱してから2日を経過しなければ登校はできません。

保護者の方へ

★欠席連絡の時は、症状をくわしく教えてください。

- ①どんな症状か？(熱は？鼻水は？咳は？)
- ②いつから症状が出始めたか。(〇日の夜から熱が高くなった。)
- ③受診した場合、主治医の指示は？

* インフルエンザの診断を受けた場合は、その旨を学校にお知らせください。

インフルエンザの場合は、「出席停止」扱いになり、「欠席」にはなりません。

出席停止期間：「発症後5日を経過し、かつ解熱後2日を経過するまで」



●インフルエンザを予防しよう！

風邪やインフルエンザのウイルスは、みなさんの体をねらっています。具体的にどんなことに気をつけたらよいのでしょうか？うつり方から、予防法を考えてみましょう。

インフルエンザはどうやってうつる？ 予防法

飛沫
感染



感染者のくしゃみや咳と一緒にウイルスを吸い込む。



マスクをする

接触
感染



ウイルスのついたモノを触った手から口や鼻に入る。



手をよく洗う

空気
感染



空気中に漂う飛沫核（飛沫から水分が飛んだごく小さい粒子）を吸い込む。



閉めきった部屋などの人ごみを避ける

買い物など、人が多いところに出かけるときは、マスクで予防をしたり、家に帰ってから忘れずに「手洗い・うがい」をしたりしましょう。
スポーツの練習や試合なども同じです。

規則正しい生活で、風邪に負けない体を作っておくことも大事だよ！

★今日から気をつけること（具体的に書くといいね。）



●学校保健委員会があります。1月24日(火)

1月24日(火) 5・6時間目に、学校保健委員会を行います。
今年のテーマは、「ビジョントレーニングで目と脳を元気にしよう！」です。もりにこ保健委員会で、事前のCMを作りました。給食の時に、全校放送で流すので、楽しみにしていてくださいね。

保護者の方へ

学校保健委員会は、保護者の方も参加できます。当日参加も大丈夫ですので、ご都合のつく方は、ぜひいらしてください。

1月24日(水) 学校保健委員会



「ビジョントレーニング」で目と脳を元気にしよう！

1月24日(水) 学校保健委員会



「ビジョントレーニング」で目と脳を元気にしよう！