



尾道市立西藤小学校

平成29年

12月11日

(NO.11)

寒^{さむ}さの厳^{きび}しい12月になりました。部^へ屋^やを温^{あたた}かくしたり、厚^{あつぎ}着^ぎをし^{だん}たりして暖をとっていても、油^ゆ断^{だん}を^{しゅうぎょうしき}するとかぜをひいてしまいます。終^{しゅう}業^{ぎょう}式^{しき}まで休^{やす}まずに登^{とう}校^{こう}でき^よるよう、予^よ防^{ぼう}に取^とり組^くみましょう！！



★中^{なか}でもより大切^{たいせつ}なのは「手洗^{てあら}い」です！！

かぜやインフルエンザにかかる原因^{げんいん}の多くは、手^てに付^ついた細^{さい}菌^{きん}やウイ^てルスなどが手をつたってからだの中^{なか}に入^{はい}ることによります。手はいろん^てなものをさわったり、作^{さぎょう}業^{ぎょう}をし^したりするため、知^しらないうちにた^{きん}くさんの菌^{きん}にふれていま^みす。見^めた目^めには汚^{よご}れていなくてもかぜやインフルエンザのもとになる菌^{きん}が付^ついてい^{かのうせい}る可能性^かがあるのです。

あ^{あら}ら のこ おお 【洗^{せん}い残^{のこ}しが多^{おほ}いところ】



じゅうぶん てあら
十分な手洗^{てあら}いは
30秒以上が
のぞ
望^ぞましいです！



しっかりと石^{せっ}けん液^{えき}を
あ^あわだ^だてること。あ^あわだ^だて
ることで、手^て全^{ぜん}体^{たい}や手
のし^せわ^わなど^{えき}に石^{せっ}けん液^{えき}
がい^いき^きわ^わた^たります。



てを^てあ^{あら}ら^らたら、清^{せい}け^けつなハンカチ
でふ^ふきま^ましょう。服^{ふく}でふ^ふいたり、
ぬ^ぬれたま^ままでい^いると、手^てにば^ばい^{きん}菌^{きん}
がつ^{がつ}いて、手^てを^てあ^{あら}ら^らした^い意^い味^みがな^なく
な^なってしま^{しま}います。

【保護者の方へ】

11月末、広島県内の「インフルエンザ流行入り」が発表されました。昨シーズンと比べて、1週間程度遅い流行の始まりとなります。

本校ではインフルエンザに感染したという児童はまだいませんが、近隣の学校では学級閉鎖をしたところもあります。学校では手洗い・うがいを励行したり、こまめな換気に努めたりと予防に取り組んでいるところです。

終業式まで2週間余りとなりました。終業式を元気に迎えられようご家庭でも体調管理に十分お気をつけください。

以下の資料は、広島県感染症・疾患管理センターの資料を掲載しています。また、インフルエンザについての詳しい情報は、ホームページにも載っていますので、ご覧ください。

●インフルエンザは、予防できる病気です。

インフルエンザの予防、流行の拡大防止には、次の点に注意してください。

- ①外から帰ったときだけでなく、こまめに、流水と石けんで“手洗い”を励行しましょう。
- ②睡眠をしっかりととり、偏食せずにバランスの取れた食事を心がけ、体力をつけましょう。
- ③咳エチケット（※）を守りましょう。

※咳エチケットとは・・・

- 咳・くしゃみがでたら、他の人のうつさないためにマスクを着用する。マスクがない場合は、ハンカチ・ティッシュなどで口と鼻を覆い、周りの人から顔をそむけて、1m以上離れる。
- 鼻汁・痰などを含むティッシュなどはすぐ蓋付きのゴミ箱に捨てる。

- ④室内は、加湿器などを使って、程度の湿度（50～60％）を保ちましょう。
- ⑤人が集まる場所への外出は避け、出かけるときは、不織布製マスクを着用しましょう。
- ⑥症状などからインフルエンザが疑われる場合は、早めに医療機関を受診しましょう。
特に基礎疾患（腎臓疾患、心臓疾患、呼吸器疾患等）をお持ちの方や、妊婦、高齢者、乳幼児は合併症を起こしたり、重傷化する恐れがありますので注意しましょう。
- ⑦特に、重傷化する恐れのある方で、予防接種をまだ受けられていない場合、早めに受けましょう。（インフルエンザに罹りにくく、罹っても症状が重くなることを防ぐ効果があります。）

感染性胃腸炎 注意報

11月～翌2月にかけて感染性胃腸炎が流行します。

症状

病原菌で異なる

下痢、嘔吐、悪心、腹痛、発熱など。病原菌の種類や個人差により、症状は異なります。

感染経路

食べ物から・人から

・汚染された食べ物による経口感染
・感染患者のふん便や吐物からの二次感染 など

○おうちでの予防のポイント

排便後や調理・食事の前の手洗いを徹底しましょう。二枚貝や鶏肉などを調理するときは、中まで十分に加熱してください。

重要

感染症により医師から「出席停止」の指示があった場合、医師から証明してもらった【出席停止証明書】をご提出ください。その証明書をもって、「出席停止」扱いとしています。