



平成30年1月10日 大草小学校 保健室
 ほけんだより1月号 NO.18 文責：川上美由紀
 1月の保健目標「寒さに負けない体をつくろう」

～インフルエンザ予防について～

☆インフルエンザ流行警報がでています！



1月9日に、長崎県でインフルエンザ流行警報が発表されました。大草小でもインフルエンザが流行しつつあります。ご家庭でも気をつけていただきますようお願いいたします。

※以下、長崎県感染症情報センターHPより抜粋

第52週の定点当たりの報告数は、前週の「25.57」をさらに上回り「30.51」となりました。警報レベルの目安「30」を越えたため、1月9日に県は、インフルエンザ流行警報を発表しました。県内全域で報告があがっており、特に対馬地区（78.67）、県北地区（53.25）の報告数は全国的に見ても多い状況で、今後の動向に注意が必要です。

警報レベルとは、大きな流行が発生、または継続しつつあることが疑われることを指します。新学期が始まり、流行を継続させないためにも外出時には自分や周りの人を守るためにマスクをつけましょう。ワクチンの接種や外出後の手洗いの励行、定期的な換気、「咳エチケット」の徹底など、積極的な感染予防を心がけましょう。



咳エチケット

- ・マスクの着用
(咳をしている人には着用を促す)
- ・マスクのない場合は、口と鼻をティッシュなどで押さえる
- ・人に向けて咳やくしゃみをしない
- ・使用したティッシュは、すぐにゴミ箱へ捨てる
- ・咳やくしゃみを受け止めた手は、すぐに洗う。

感染拡大を防ぐための「咳をするときのマナー」です。



☆お茶うがいははじめます。

昨年に引き続き、お茶うがいを11日から始めます。毎日、中休みに沸かしたお茶でガラガラうがいをします。

お茶に含まれるカテキンの殺菌効果もありますが、子どもたちの「うがいの習慣化」も目的としています。ご家庭でも、外出先から帰った後や寝る前などに励行ください。

※お願い※

ご家庭でお茶葉等に余裕がありましたら、学校に提供していただくと助かります。どうぞよろしくお願いいたします。(昨年、提供いただいた保護者の方ありがとうございました。)



インフルエンザ いつから登校していいの？

小・中・高校版

登校していいのは、この2つがそろった時

解熱後
2日
が経過している



発症後
5日
が経過している

※発熱がみられた日を発症とします

※ただし、医師に「感染のおそれがない」と認められた時は登校してもOK

