

～お子さんと一緒にお読みください～

# ほけんだより

長瀬第二小学校

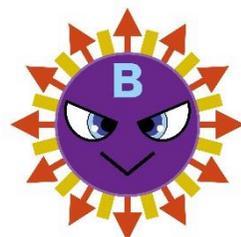
保健室

NO. 13

平成30年1月19日

## インフルエンザが流行しています

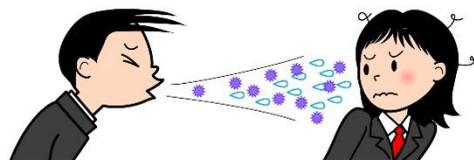
1月15日(月)から、急にインフルエンザB型に罹る人が増え、1年生、2年生、5年生で学年閉鎖を行いました。また、お隣の長瀬第一小学校でも同様にインフルエンザが流行し、複数の学級閉鎖をしている状況です。主な症状は、急な発熱、咳、鼻水等です。インフルエンザB型は、A型に比べ、あまり高熱が出ない場合もあります。微熱が続き、全身症状が良くない場合には医療機関を受診しましょう。



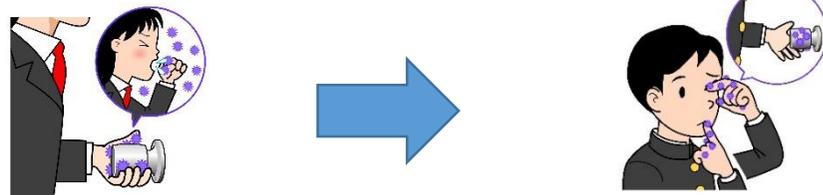
インフルエンザの感染を広げないために、一人一人が「かからない」「うつさない」対策を実践しましょう。

### どうやって感染するの？

★飛沫感染・・・感染者のくしゃみや咳、つばなどの飛沫と一緒にウイルスが放出。別の人があるウイルスを鼻や口から吸い込み感染。



★接触感染・・・感染者がくしゃみや咳を手で押さえる。その手で周りの物に触れて、ウイルスが付く。別の人がある物に触ってウイルスが手に付く。その手で、口や鼻を触って、粘膜から感染。



### 「かからない」「うつさない」対策

- (1) 正しい手洗い  
石けんをつけて、15秒以上洗いましょう。
- (2) 咳エチケット  
・マスクの着用  
・咳やくしゃみをするときは、他の人から顔をそらす。  
・咳やくしゃみをしたら手を洗う。
- (3) インフルエンザかなと思ったら



早めに医療機関を受診しましょう。ただし、発熱12時間未満の場合、検査の結果が陽性にならないことがあります。インフルエンザと診断された場合、出席停止扱いになりますので学校へご連絡ください。出席停止期間は、発症後5日を経過し、かつ、解熱した後2日を経過するまでです。

## 冬休み歯みがきカレンダーご協力ありがとうございました

～保護者の感想より～

歯みがき中、テレビや他のことに気をとられてしまっ  
て、おろそかになってしまうこともありましたが、自分か  
ら、歯を順番にしていねいにみがく姿も見られたので、歯み  
がきの大切さが身についてきたように思えました。(2年)



3分間、タイマーをセットしてみがいていました。いつもい  
ねいにみがけるといいね。(5年)

今月は、学校で「歯垢染め出し検査」を実施しています。結果は、「わたしの歯っぴーファイル」に貼ってありますので、ご確認ください。