



9月ほけんだより

高松市立松島小学校 第6号 平成21年9月1日 発行

夏休みはいかがお過ごしでしたか？今日から学校生活が始まりました。生活リズムを整えて、日常生活を元気に送るために「はやね・はやおき・朝ごはん」が大切です。家庭での声かけをよろしくお願いします。

また、県内でも新型インフルエンザが流行しています。ほとんどの人が免疫を持たないため、感染する可能性があります。「手洗い・うがい・咳エチケット」の指導も合わせてお願いします。

新型インフルエンザが流行しています。

1 ウイルス感染の仕組みを知ろう！



1) 飛沫感染

感染した人のせきやくしゃみなどとともに放出されたウイルスを含む飛沫を吸い込むことで感染する。

2) 接触感染

ウイルスはどこにでも付着しています。健康な人が、その面を手で触れて、目や鼻、口などの触れたとき感染します。

2 予防方法を知り、確実に実行しよう！



【うがい】
登校したとき
外から帰ったとき
はうがいをしよう。



【手洗い】
せっけんでよく泡立てて、15秒以上洗い、清潔なハンカチ類でふきましょう。



【免疫力アップ】

【マスク】
鼻水やくしゃみ、せき等の症状がある場合は、マスクをしましょう。



バランスの良い食事と睡眠、運動を適度に行い、ウイルスに負けない身体づくりを心がけましょう。

3 もしかかった場合

- 38℃以上の発熱、かつ急性呼吸器症状(鼻水、鼻づまり、のどの痛み、咳)の症状がある場合は、**インフルエンザ様症状**と考え、かかりつけ医や医療機関に電話をして、受診時間や受診方法を聞いて、受診してください。なお、発熱や体調不良を感じる場合も早めに受診しましょう。
- インフルエンザを発症した場合は、治癒するまで(発症した日の翌日から7日を経過するまで、または解熱して2日を経過するまで)の間は、出席停止となります。再登校は学校医と相談してからになるので、学校に連絡してください。

4 登校前のお子様の体温測定と健康観察をお願いします。

- 感染拡大を防止するために、登校前に体温測定をお願いします。
また食欲、顔色、元気さ、姿勢など普段と様子が違う場合は、様子を見たり、受診することをお勧めします。欠席や遅刻連絡をする場合は、「家庭における新型インフルエンザ対策について(お願い)」の裏面に載せてありますので、ご参考にしてください。(松島小学校 861-4503)



5 基礎疾患(心疾患・喘息等)を有する児童について

- 基礎疾患を有する者がインフルエンザに罹患した時に、重症化する可能性があります。特に健康観察を十分に行ってください。

6 学校での対応について

流行前 手洗い・うがいの励行、急性呼吸器症状(鼻水、鼻づまり、のどの痛み、咳)の症状がある場合はマスクの着用をお願いします。給食前には、速乾性すり込み式手指消毒剤で消毒して感染拡大防止に努めます。

感染期 学級において、インフルエンザに罹患した児童が在籍者数の約10%~15%に達した日を基準として、5~7日程度の学級閉鎖を行います。

広範囲の感染が認められる場合は、学年、学校閉鎖となります。

- インフルエンザにかかっている疑いがあり、又はかかるおそれのある児童(※濃厚接触者を含む)は大事をとって、ご家庭で様子を見ていただく場合もあります。その場合は、学校にご連絡ください。

※ 濃厚接触者について

- ・インフルエンザを発症した者と同一住所に居住する者
- ・手で触れること、会話することが可能な距離(2メートル)で10分以上一緒にいた、もしくは患者の咳やくしゃみを浴びたか、または吸い込んだ可能性のある者