



平成29年11月10日（金）発行
佐世保市立黒島小中学校 保健室
（第28号）

中学生は中里中学校訪問、小学生は小学校音楽発表会がんばりましたね。
11月は、中学校音楽発表会や学習発表会など楽しみな行事が続きますね。
ところで佐世保市内では、風邪やインフルエンザが流行し始めています。
黒島小中学校でも、のどが痛みや、咳が続いたり体調をくずしている人もいます。

「早ね・早おき・朝ごはん」「手あらい・うがい」で体調を整えて、体調が悪いときは無理せず、早めに専門医で診てもらおうようにしましょう。



かぜとにているけどちがうこのような**症状**が出たら**インフルエンザ**かも

38度以上の高熱 	全身がだるい 	悪寒（ガタガタ震えるような寒気のこと） 	関節痛
--------------	------------	-------------------------	---------

このような症状が現れたら病院へ行きましょう。

インフルエンザのときの**出席停止期間**

かぜの場合は、熱が下がり、本人の体調がよかったら登校できますが、インフルエンザの出席停止期間は、「発症したあと5日を経過し、かつ、熱が下がったあと2日を経過するまで」と決められています。発症した日から数えると、最低でも6日間の出席停止になります。そのあとは、熱が下がった日によって、出席停止日が延長します。

ほかの人への感染を防ぐためにも、きちんと守りましょう。

7つのまちがいさがし



黒島診療所でのインフルエンザの予防接種が始まったようです。

インフルエンザワクチンの効果は、感染した後に発病する可能性を低くすることと、肺炎や脳症など重症化を防ぐことにあります。

ワクチンは卵を利用して作られるため、卵アレルギーの人がワクチン接種を希望する場合は、医師とよく相談するようにしましょう。

