

インフルエンザ・感染性胃腸炎に注意してください!!

～ 市内インフルエンザ・感染性胃腸炎（ノロウイルス）流行中 ～

市内では、インフルエンザやノロウイルスによる罹患者が増加しており、学級閉鎖などの措置をとっている学校もあります。感染をできるだけ広げないために、御家庭でも予防には十分注意していただきますようお願いいたします。インフルエンザなど、感染症の予防にむけて家庭と学校が連携して取り組んでいきたいと思っておりますので、御協力をお願いいたします。

次のようなことに気をつけてください

○うがい・手洗い（手洗いは石けんを使って20秒以上を目安に・・・）

うがい・手洗いをこまめにする。（学校ではお茶うがいをしています）とくに、手洗いは予防に効果的です。

○マスクの着用（咳やくしゃみが出ているときは・・・）

咳エチケットだけでなく、マスクはのどの乾燥を防いで、はたらきを守ります。塾などたくさんの人と接する場所に行くときは、予防のためマスクを着用しましょう。

○教室の換気（換気をしないと空気が汚れるので・・・）

休み時間ごとに窓を開けて、教室内の空気を入れ換えましょう。

○早寝・早起き・朝ごはん（規則正しい生活を続けていれば・・・）

免疫力を落とさないように、睡眠・栄養はしっかりととりましょう。

○朝の健康観察（元気に学習をするためには・・・）

係の人に自分の体調をきちんと伝えましょう。必要があれば保健室に相談をしましょう。

○人ごみの中に出るときは（感染が広がっているときはできるだけ避けたほうが・・・）

やむをえず人ごみの中に出るときは、できるだけマスクを着用しましょう。



登校前に気をつけること

○朝起きて体調が悪いときは、お家の人に体調を伝え、検温等をする。（特に頭痛・寒気・のどの痛み・関節の痛み・鼻水などの症状がある場合は、必ず相談してください。）

○なるべくマスクを着用する。（予防も含め、マスクは有効です。）

○できるだけ、あたたかい服装を心がける。（肌着などを重ねた方が効果があります。）

もしも症状がでた場合は… 無理をせず、早めに医療機関を受診してください。

＜インフルエンザによる出席停止基準＞

「発症後5日が経過し、さらに解熱後2日が経過するまで」となっています。

お茶うがいやっています



清潔なハンカチ、ティッシュを持ってきてください!

給食のエプロンで洗った手をふいている人をみかけます。
マナーとして、心がけましょう。

むし歯がある人や視力が落ちている人など、治療がまだの人は、早めに受診をしてください。