



すこやか

H23.12.5. 仙台市立福室小学校

保健室発行



今が大切。かぜ・インフルエンザ予防！ 登校前の健康観察・検温をお願いします

本日、急にインフルエンザによる欠席者が全校で9名になりました。明日から12月9日まで学級閉鎖になる学級もあります。しっかり休養してください。

インフルエンザは、感染力が強く、潜伏期間が1～2日と短いので、子どもが熱を出したときは、他の人にもうつっています。早めの対応が子どもを守ります。

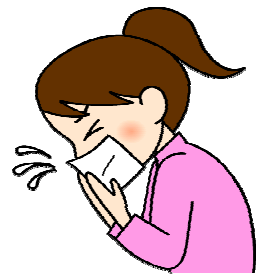


朝の健康観察時、具合が悪い・いつもとちがう・・・などの時は、ムリをさせず、早めの休養・病院受診をお願いします。

咳などの症状がある人は、マスクをするなどにご協力ください。

インフルエンザの流行を防ぐため、ご協力ご理解をお願いいたします。

12月の保健目標
かぜ・インフルエンザを
予防しよう!!



インフルエンザ対策

学校では

1. うがい・手洗いの励行
2. 体調不良者の早めの対応（休養・早退）
3. 咳エチケット（マスク着用）

○予防：5つのポイント：

1. うがい・手洗い
2. 規則正しい生活（バランスの良い食事・しっかりすいみんの時間をとる）
3. 人ごみにでかけない
4. 部屋の換気
5. 咳エチケット（咳の出る人は、マスク・ハンカチ・ティッシュで口を押さえる。）

○朝、検温・健康観察をし、早めの受診を！

熱がある時は、登校をひかえてください。

熱・だるい・さむけ・頭痛・のど痛・せき・鼻水などの症状がある時は早めの、病院受診をお願いいたします。

○欠席の連絡は（熱やかぜ、インフルエンザの場合）、 次のことについてお知らせください。

・いつから・症状・発熱・病院を受診したか・受診した医療機関
・診断結果・検査結果（インフルエンザ 型）・現在の様子

*** インフルエンザは出席停止です *** この間、欠席にはなりません。

出席停止期間は、医師の診断を受け、保護者が学校に連絡を入れた日からです。

医師から、感染のおそれがないので、登校して良いといわれるまでとなります。（目安は、熱が下がり2日経過するまで）

うがいタイム

うがいタイム（業間休み・昼休み終了5分前）に、うがい・手洗い活動を行っています。さましたお茶、塩水などを利用するとうがいの効果が上がると言われています。

強制ではありませんが、水とうに、さましたお茶・塩水・湯ざましなどを入れ、うがいを行うようご協力お願いいたします。

