

保健だより 1月

郡山中学校 保健室

平成31年1月10日

☆☆☆郡山中学校のインフルエンザの状況は？☆☆☆

2019年がスタートしました。冬休みが明けてから、本校でもインフルエンザに罹患するお子さんが出てきました。現時点でインフルエンザ罹患者は数名ですが、大きな流行にならないように注意を呼びかけています。教室に加湿器2台を設置して湿度管理を行うとともに、給食当番の生徒にマスクの着用と全校生徒に手洗いや食事前の手指のアルコール消毒を行っております。今後、3年生の入試が続きますので、ご家庭でも可能な限り人混みを避けることやマスク着用等のご配慮をお願いいたします。

「インフルエンザは出席停止となります。学校までご連絡ください。」

発症した後（発熱の翌日を1日目として）5日を経過し、かつ、解熱した後2日を経過するまでが出席停止期間となります。

（学校保健安全法施行規則より）



一人ひとりの予防が インフルエンザの 流行を防ぎます

こまめな手洗い

石けんを使ってウイルスを洗い流しましょう。



部屋の加湿

空気が乾燥するとウイルスに感染しやすいため、湿度は50～60%に。



マスクを着用

鼻やのどが潤って、感染の予防に。
くしゃみやせきでウイルスが飛び散るのも防ぎます。

規則正しい生活

十分な睡眠、規則正しい生活、バランスの取れた食事で免疫力がアップします。

部屋の換気

窓を開けてウイルスを追い出しましょう。

人混みを避ける

人がたくさんいると感染の確率が高くなります。



～保護者のみなさまへ～ 朝に体調が悪いまま、「とりあえず学校に行けばなんとかなる」と登校するお子さんがおります。悪化する場合がございますので無理をさせないようにお願いします。また、お子さんが早退する際は保護者の方と連絡をとり、お子さんの様子と経過を伝えてから下校させております。発熱（37.5度以上）していたり、お子さんが歩いて帰ることが困難であると判断した場合には保護者の方のお迎えをお願いしておりますので、連絡先が変更になった場合は、必ず担任までお知らせください。