



南牧小学校 保健室

No.1 3

H29.12.5



がつ ほけんもくひょう てあら 12月の保健目標：手洗いうがいをしよう

ことし さいご まい まいとし じ き とき はや
今年のカレンダーも最後の1枚になりました。毎年この時期になると、時の早さを
かん 感じますね。

さむ いちだん ひ こ ひ みじか なに き じ き
寒さも一段と冷え込んできて1年のうちでも日が短く、何かと気ぜわしい時期です。
たの しみなこともたくさんありそうです。寒さとあわただしさで体 調をくずさないよ
うに、げんき がっき し
うに、元気に2学期を締めくくりましょう。

インフルエンザに注意しましょう

～マメな手洗いとせきエチケットで「かからない」、「うつさない」～…群馬県 HP より



全国的にインフルエンザの流行が始まりました。県内でも学級閉鎖が出ています。インフルエンザはかかった場合は出席停止になります。医師の診断のもと、感染拡大防止のため必要な期間はしっかりと静養する必要があります。「治癒証明書」は本校ホームページからもダウンロードできます。インフルエンザにかかった場合や疑いのある場合は、受診するとともに学校に連絡をお願いします。

インフルエンザ Q&A



Q1 インフルエンザはどうやってうつるの？

感染経路

◇ひまつ
飛沫感染

感染した人がせきなどをする事で飛んだ飛沫に含まれるウイルスを別の人が口や鼻から吸い込んでしまい、ウイルスが体内に入り込むこと。

◇接触感染

感染した人がせきを手で押さえた後や、鼻水をぬぐった後に触ったところにウイルスを含んだ飛沫が付着することがある。ここに別の人が手で触れ、さらにその手で鼻や口に再び触れることにより、粘膜などを通じてウイルスが体内に入り込むこと。

Q2 どんな症状がでたら医療機関へ行けばいいの？

目安として、比較的急速に38℃以上の発熱があり、せきやのどの痛み、全身のけんたい感を伴う場合は、インフルエンザに感染している可能性があります。

Q3インフルエンザがうつらないようにするためにはどうすればいいの？

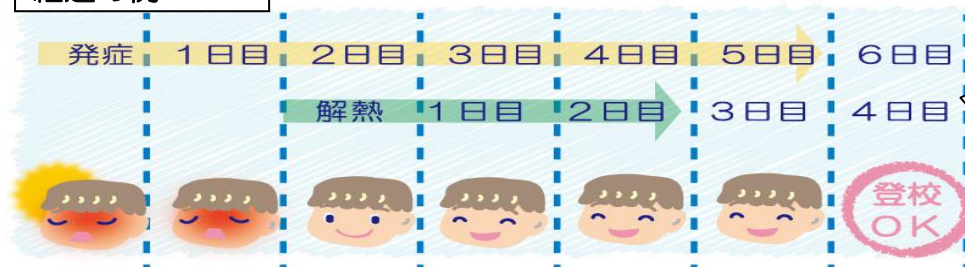
ポイントは

感染経路を断つこと！

- ・外出して帰ってきたときには、手洗いうがいをする。
- ・アルコールをふくんだ消毒液で手を消毒するのも効果的。
- ・栄養と睡眠を十分にとり、抵抗力を高めておく。

出席停止期間…“発症した後5日を経過し、かつ解熱した後2日を経過するまで”です。

経過の例



発症日は数えません。熱が下がった日によって、登校できる日がちがってきます

群馬県感染症発生動向調査情報（週報）

2017年第47週（11月20日～11月26日）

平成29年11月28日

（定点当たり報告数）

■第47週の注目疾病

県内で多くの報告があった感染症及び地域は、次のとおりです。

（ ）内の数値：定点当たり報告数

- A群溶血性レンサ球菌咽頭炎：富岡地域(10.00)、太田地域(4.50)
- 手足口病：富岡地域(4.50)、渋川地域(2.75)、安中地域(2.00)
- 咽頭結膜熱：太田地域(2.17)、高崎市(2.00)、前橋市(1.67)
- インフルエンザ：富岡地域(1.67)、館林地域(1.60)、前橋市(1.20)
- 感染性胃腸炎：藤岡地域(14.50) ●水痘：安中地域(1.50)

インフルエンザが増加してきており、県内で学級閉鎖も増えてきています。手洗いやマスクの着用など感染予防対策を心がけましょう。

疾 病 名	第46週	第47週
A群溶血性レンサ球菌咽頭炎	3.34	2.83
手足口病	1.33	1.22
咽頭結膜熱	0.91	1.02
インフルエンザ	0.47	0.75
感染性胃腸炎	3.66	3.33
水痘	0.69	0.31

手洗いの実験をしました！



先月、「かぜの予防」で手洗いの大切さ等について保健集会をしました。



手洗いを5秒くらいでさっとすませた手ということで、O先生の手を汚れが染まる魔法の液につけたところ、手全体が、紫色に染まり、その手を拭いたハンカチも染まりました。手洗いは石けんでいねいに、また毎日清潔なハンカチを持ってこようと呼びかけました。

***保健*無料でもらっちゃおう！部（笑）より・・・森永製菓より**
キャンペーンがありました。児童に配布します。お試しください。

