

保健だより

かぜを予防し
よう

辛いという字があ
る。もう少しで、幸
せになれるような字
である。「星野富弘」

コロナ禍で色々と制限のあった二学期でしたが、そのような中でも自分のやるべきことを見失わないで過ごすことができたでしょうか。すべては担任の先生から渡される通知票に結果が記されています。自身の頑張りは大いにほめ、課題となるところは素直な気持ちで周りの人達からのアドバイスを受け、改善されるとよいですね。

さて、新型コロナの感染者が増え続けている中、新型コロナウイルスと戦ってくれている医師や看護師、その他の医療従事者の方々には頭が下がるばかりです。過酷な医療現場では必死に患者さんの命を守ってくれています。それを思うと私たちがやるべきことは、感染しない、拡げないという決意と基本的な予防対策を行うことだけです。今こそ一人一人が様々な欲求を抑え我慢をするだけです。小さな我慢が新型コロナの収束に一步近づくとと思います。

2021年の新しい年が皆さんにとって平和で穏やかな年になることを願わずにはられません。冬休みはケガや事故に気をつけて、新年また元気に会いましょう。

インフルエンザ

新型コロナの新規感染者の増加が心配です。年末・年始はどうしても人の往来が増えます。新型コロナ感染症だけではなく、インフルエンザについても注意が必要になります。予防方法は、手洗い、咳エチケット、マスクの着用、二方向の換気、健康チェック等が大事になります。本校では健康観察表を全校生徒に配布しています。冬休み中も必ず記録します。各自が予防意識を持ち行動してもらうためです。時折、保護者の方の点検もお願いします。

インフルエンザ

インフルエンザはインフルエンザウイルスの感染によっておこります。インフルエンザウイルスは形を変えて現れるので、私たちの体の免疫をすり抜けて、繰り返しインフルエンザにかかることがあります。毎年冬になると、国民の10人に一人くらいかかると言われています。

インフルエンザの主な症状

突然の高熱(38~40℃)、咳や鼻水、くしゃみなどの症状のほか、頭痛、筋肉や関節の痛み等が主な症状です。このような症状が一週間ぐらい続きます。感染力が強いため、「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」出席停止となります。“何だかいつもと違う、寒気が続く”と言うときには、登校を控え早めに受診してください。

感染性胃腸炎の一つ〈ノロウイルス感染症〉

ノロウイルス感染症は、ノロウイルスが人に感染し嘔吐や下痢などの症状を引き起こす病気です。学校や保育所などで集団感染がみられます。原因となるノロウイルスは、感染者の下痢便や嘔吐物に含まれています。気づかないうちに、それらの吐しゃ物からウイルスが手に付着し、その手で口を触ったり、食品を口に運んだりして、ノロウイルスに感染することもあります。お腹の風邪が流行るこの時期は、常にノロウイルス等の感染を考えて、予防と対応を心がけてください。

ノロウイルス感染症の予防

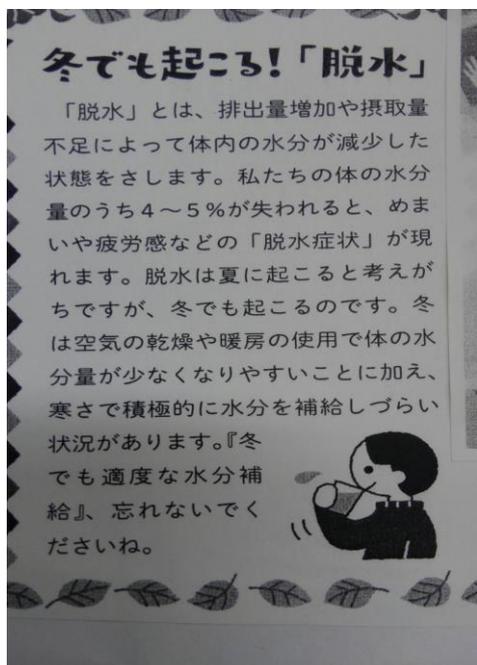
予防には、まず手洗いをきちんとすることです。ノロウイルスは感染してから、下痢が止まった後も2週間くらいは便の中にウイルスが排泄されます。トイレの後や食事の前は手洗いを入念に行いましょう。

* 感染性胃腸炎、インフルエンザは感染症です。既にお知らせしていますように、出席停止になります。インフルエンザと溶連菌に関しての登校届は、保護者の方の記入でもかまいません。

黄色の用紙：熱型を記入し、必要事項を記入して、登校日に提出してください。

* ノロ等の感染性胃腸炎、マイコプラズマ肺炎、はやり目などは従来どおりに医師の治癒証明を頂いてください。**桃色の用紙**

(*新型コロナに関しては別途対応) ご協力をよろしくお願いいたします。



保健委員が中心となって毎日の消毒作業にも取り組んでくれました

