

# ほけんだより 1月

平成31年1月18日  
布部小学校 ほけんしつ

## インフルエンザ流行注意報発表中!

新聞等の報道でもあったように、安来市でもインフルエンザによる学級閉鎖の措置をとっている学校もあります。現在、全国的にインフルエンザA型が流行っているようです。

### インフルエンザA型の症状は・・・

☆ 急な発熱 (38℃以上) ☆ 頭痛 ☆ 関節痛、筋肉痛

☆ 鼻水 ☆ せき ☆ のどの痛み など

※ インフルエンザA型は特に全身に強い症状が現れ、  
B型に比べ「きつい」「しんどい」と感じます。



インフルエンザと一般的な風邪症状との大きな違いは、突然発熱し、急激に熱が上がったり強い悪寒やふるえが見られたりする点などがあげられます。インフルエンザの診断基準では38度を超える発熱がひとつの条件です。

### ウイルスに好かれちゃう…こんな生活していませんか?

夜ふかしが大好き!



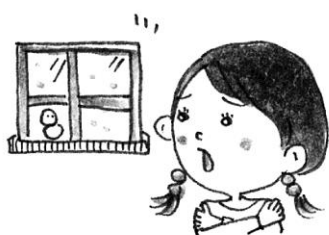
野菜は食べない



手洗いは簡単に



空気の入れかえナシ



睡眠不足で居眠り



人混みによく行く

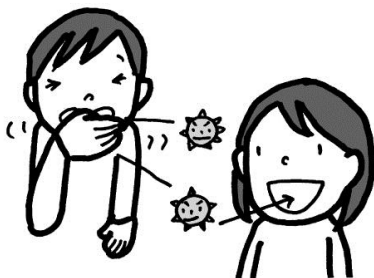


# インフルエンザ

# はどうやってうつる?

# 予防法

飛沫感染



感染者のくしゃみや咳と一緒にウイルスを吸い込む。



マスクをする

接触感染



ウイルスのついたモノを触った手から口や鼻に入る。



手をよく洗う

空気感染



空気中に漂う飛沫核（飛沫から水分が飛んだごく小さい粒子）を吸い込む。



閉めきった部屋などの人ごみを避ける

## インフルエンザ!?

### 登校再開はいつになる?



原則 発症後、5日を経過し、かつ解熱後2日を経過するまで出席停止です。

発熱
 解熱
 解熱後
 登校可能

※1 発症日	1日目	2日目	3日目	4日目	5日目	6日目	7日目

※1 発症日翌日を1日目と数えます。

※2 発症から5日を経過しても、解熱してから2日を経過しなければ登校はできません。

※2



うさぎのりが

保護者のみなさまへ

今週に入り、安来市内でもインフルエンザの罹患者が増えてきました。学校でも手洗い・うがい等の指導を行っています。

ご家庭でもお子様の健康状態を把握していただき、発熱・頭痛などの症状がみられる場合には、早めに受診をしていただきますようお願いいたします。インフルエンザの診断が出た場合には、学校までご連絡ください。

エチケット!