

# 保健だより

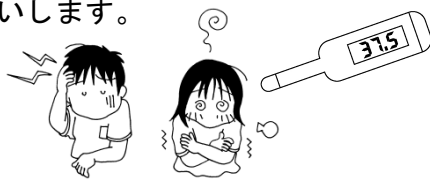


H25. 1. 16 物部中学校 保健室 (特別号)

## インフルエンザ流行しています

先週からインフルエンザを発症した生徒が見られていましたが、昨日21名(1年生11名、2年生8名、3年生2名)がインフルエンザと診断されて欠席しました。そのため、1年1組、2年2組で本日より学級閉鎖となりました。今後も引き続き、これ以上のインフルエンザの感染拡大がないように、最大限の努力をしていきたいと思っています。物部中学校の生徒、そして保護者の皆様も元気に過ごしていただきたいと思います。よろしくお願いします。

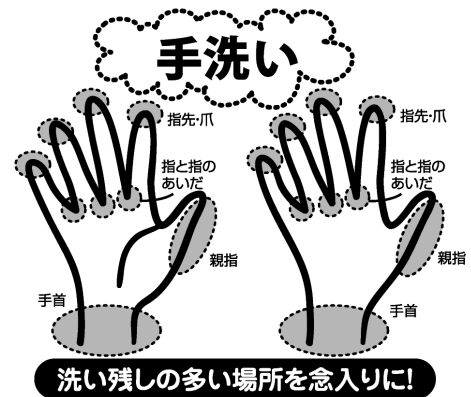
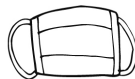
### インフルエンザ予防対策



① 引き続き、こまめに手洗い、うがいをしましょう。

② 外出するときには、マスクを着用し、人混みはさけましょう。

(学校でもマスクの着用をお願いします。)



③ 加湿器などで室内の乾燥を避け、湿度を保つようにしましょう。

④ 十分な休養、バランスのよい食事(特にビタミンC)をとるようにしましょう。

学校医伊藤先生からも予防方法を御指導いただきました。①～④に加えて、抗インフルエンザ薬の投与もあるそうです。とくに受験生ですが、インフルエンザには罹患していないが、受験直前で、まわりでインフルエンザが流行している場合、発症する前に予防的に内服するという方法です。医療機関にその旨相談してくださいとのことです。

### インフルエンザの対応方法

① 安静を保ちましょう。

② 早めに(48時間以内)に医療機関を受診しましょう。(ただし熱があがって6時間程度たたないと反応がでない場合があります。)

③ 咳エチケット(周りにうつさないためにマスクを着用しましょう)

④ 完全に良くなるまで外出しないようにしましょう。(おおむね解熱後2週間は外出をさけましょう。)

※今年度からインフルエンザに関しても治癒証明書が必要になります。

(用紙は学校にありますので、お手数ですが、保護者の方が取りに来てください。よろしくお願いします。)