



1月26日に厚生労働省はインフルエンザが1999年以降最多を記録したと発表しました。茨木市内も猛威を振るってます。畑田小も4クラスが学級閉鎖をしました。今年のインフルエンザはA型もB型も同時に流行しているのが特徴です。畑田小はA型もB型も出ていますが、A型が多い傾向があります。終息時期はまだわかりませんが、予防と健康管理に十分気を付けてください。

風邪やインフルエンザにかからないためには

予防



免疫力

感染しても、必ず発病するとは限りません。インフルエンザウイルスに対する免疫（抵抗力）があれば、感染しても発病しなかったり、軽い症状で済むことがあります。

★免疫力を高める生活

寒さで体温が下がると免疫力が低下する！

- じゅうぶんな睡眠
- 規則正しい生活
- バランスいい食事
- よく笑う
- 日ごろから体温を上げる生活を心がける

あたためていますか？

3つのくび



咳エチケットしてますか？

感染症拡大予防のため、マスクを着用しましょう。



咳やくしゃみの症状がある人は
マスクをつけましょう。



咳やくしゃみが出そうになったら、口と鼻をハンカチやティッシュで押さえ、周りの人から顔をそむけます。突然な場合は自分の袖（腕）で口と鼻をおおいます。使用したティッシュはすぐにゴミ箱に捨て、手を洗います。

保護者の方へのお願い ～インフルエンザ患者の異常行動について～

インフルエンザにかかった子どもの中で異常行動がみられる場合があります。異常行動とは、「突然走り出す」「窓から飛び降りようとする」「興奮状態になる」「うろつきまわる」など、発熱後、24～48時間に多く見られる傾向があるとされています。そのため「少なくともインフルエンザに罹ってから2日間は子どもを一人にしない」事が重要です。

厚生労働省から以下の対策を呼び掛けています。ご注意ください。

- 玄関ドアや部屋の窓に鍵をかける
- ベランダに面していない部屋に寝かせる
- 窓に格子のある部屋で寝かせる
- 一戸建て住宅の場合は1階に寝かせる