

ほけんだより

茨木市立畑田小学校

2016年2月1日

きさらぎ

2月(如月)ですね

2月4日は立春です。暦の上では春ですね。
春を彩る梅は「松竹梅」にもあるように、おめでたい縁起のよい花として親しまれています。

「花よし、香りよし、果実よし」といわれる梅を見ながら、春の到来を感じてみてはいかがでしょうか。



インフルエンザのはなし



新聞やニュースで1月15日にインフルエンザが流行シーズンに入ったと発表されました。年明けにずれ込んだのは06年～07年のシーズン以来の9年ぶりのことです。茨木市内では、学級(学年)閉鎖をした学校もあります。本校の罹患状況は、3学期に入り、3名(3年2名4年1名)がインフルエンザと診断されました。

(1月28日現在)

1シーズン中にA型とB型の両方にかかる可能性は、当然ながらあります。

インフルエンザの潜伏期間は、通常『1日～3日』
長い場合、『1週間程度』とされています。



インフルエンザの感染経路は、咳、唾などの飛沫感染・空気感染・接触感染で特に飛沫感染が主ですので、咳やくしゃみなどの対策としてマスクが有効とされています。またマスクは乾燥予防にもなります。

<予防方法> 一人ひとりの予防が感染拡大を防ぎます。

- ① 手洗い、うがいをする。
(ポケットにハンカチは入っていますか?)
- ② マスクをする。



- ③ 日ごろから栄養は睡眠を十分とって、抵抗力をアップさせておく。
- ④ 適度な温度と湿度を保つ。(インフルエンザは低温と乾燥に強い)
- ⑤ 体調に合った服装をする。(肌着を着る。首・手首・足首の3つの首を冷やさない。)
- ⑥ なるべく人ごみには、行かないようにする。



- ◎ 朝のお子様の健康観察をお願いします。発熱がある場合は、登校を見合わせ、医療機関に受診して医師の診断に従ってください。

なお、インフルエンザと診断された場合は、必ず学校までお知らせください。出席停止になりますので、治癒届(登校届)をお渡しします。医師に診断書はいりません。



- ◎ インフルエンザ出席停止期間は、ほけんだより12月号を参考にしてください。

- ◎ 緊急連絡先の変更があった場合は、必ずお知らせください。