

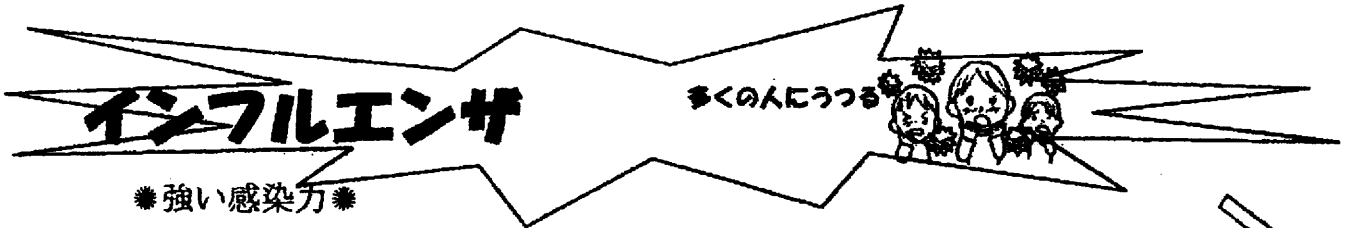
12月 ぼけんだより

H20・12・1 小泉小

◎ もくひょう









*寒さに負けない丈夫なからだをつくろう。

2学期も残すところあとわずかになりました。もうすぐ冬休みもやってきます。冬休みには、クリスマスやお正月など楽しい行事がたくさんまっています。'早ね' '早おき' '朝ごはん' 寒さに負けず冬休みまで、毎日元気に登校しましょう。



●強い感染力●

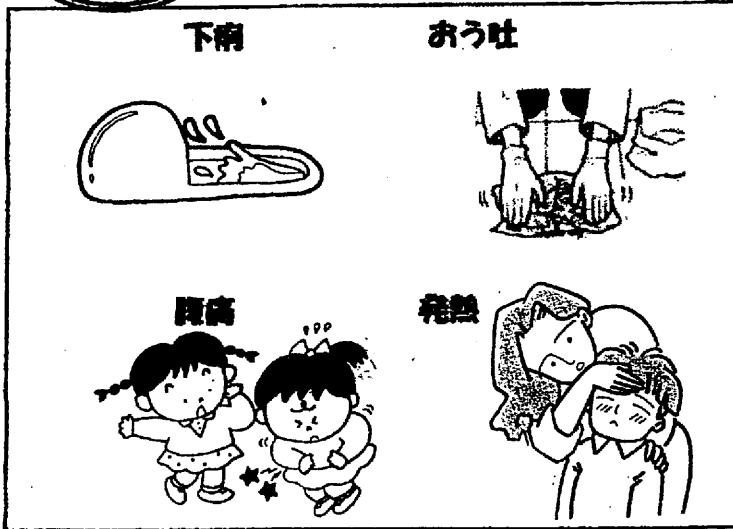
インフルエンザウイルスは、インフルエンザにかかっている人の'はく息' 'せき' 'クシャミ'に乗って出ていき空気中にただよっています。町内でインフルエンザが流行している学校もあります。流行時には人のたくさん集まる所へはなるべく行かないようにしましょう。

	発病	熱	寒気	体の痛み
かぜ	 ゆっくり	 あまり高くない	 かるい	 弱い
インフルエンザ	 早くすすむ	 高熱(38~40℃)	 ひどい	 強い

感染性胃腸炎

ウイルスの感染によって起こる胃腸炎で、寒い時期には「ロタウイルス」「ノロウイルス」などがあります。

症状



《予防》

◇ 手洗いの徹底 (石けんを使用して、すみずみまで)

《かかってしまったら》

- ◇ 水分補給 (イオン水等で)
- ◇ 早めに病院受診
- ◇ 無理して登校しない

『おう吐・下痢の処理は十分注意!』

↓ 強い感染力がある

- ◆素手で触れない ◆使い捨てマスク、手袋使用 ◆おう吐物すぐにふき取り、ビニール袋の口をしっかりと閉じて処分する ◆0.02%次亜塩素酸ナトリウムでふき取り消毒する

《インフルエンザの予防》

☆ 栄養をしっかりとる。



☆ 手洗い・うがい
しっかりと行う。



☆ 元気に運動をして
体力をつける。

☆ かん気をする。

☆ インフルエンザの予防接種を受ける。

※ インフルエンザかな?と思ったら、早めに病院で診てもらいましょう。

また、病院で“インフルエンザ”と診断された場合には「**出席停止**」となります。

医師に登校してもよいと言われるまで家で療養 (**解熱後二日を経過するまで**) して下さい。

(**熱が下がってから二日間位はまだウイルスが体内にいるので、感染力があります**)