



インフルエンザ注意報発令！



昨日配信した保健だより12月号はお読みになっていただけましたでしょうか。「今年の大石中学校では、昨年のような爆発的な感染症の流行はまだ確認されていません」と記載した12月号を作成している際には猛威を振るっていなかったインフルエンザですが、突如爆発的に流行しはじめました。

12/16現在、インフルエンザでの欠席は全校で約20名、風邪症状での欠席は全校で約50名ほどとなっています。今のところ、流行は1年生を中心としています。他学年でもインフルエンザ、ほかの感染症での出席停止（マイコプラズマなど）が出ています。昨年度のインフルエンザ感染爆発期のはじめも、数日で一気に感染者が膨れ上がりました。（最も多い月で、月間100名の生徒がインフルエンザに罹患しました。）今回も、金曜日の段階ではインフルエンザでの出席停止は5名程度でした。今後、まだ増加することが予想されます。

2学期終了まで、登校日は残り7日間となりました。この期間を健康に過ごすためにも、感染予防を徹底しましょう。また、体調不良の場合は登校を控え自宅で休養するなど、無理のないよう過ごすことをおすすめします。



みなさんへのお願い

毎日寒くて水道の水が本当に冷たいですね。こんなに水が冷たいと、手を洗うのもおっくうになってしまいます。ですが、**感染症対策の要は手洗い**です。冬場に感染症が流行しやすい原因として、「水が冷たくて手を洗わなくなる」「のどの渴きを自覚しないから水分をとらなくなる」ということが多いといわれています。水が冷たくても、ぜひ積極的に手洗いを実施してください。私も、「冷たい！！」と叫びながら毎日保健室でこまめに手を洗っています。みんなでこの冬を乗り切りましょう！

おさらい！手の洗い方

手洗いの正しい方法を覚えていますか？せっかく手を洗っても、水でちょちょっと濡らただけだったり、短時間でさっと洗っただけではウイルスや細菌たちは勘弁してはくれません。しっかり正しい洗い方で行いましょう。また、手をふくためのハンカチもしっかり持ってくるようにしましょう。

インフルエンザは、「発症した後5日を経過し、かつ解熱した後2日を経過するまで」出席停止となります。



正しい手洗いの方法

1 流水で洗う 	2 石けんを手取る
3 手のひら、指の腹面を洗う 	4 手の甲、指の背を洗う
5 指の間(側面)、股、付け根を洗う 	6 親指と親指の付け根のふくらんだ部分を洗う
7 指先を洗う 	8 手首を洗う(内側・側面・外側)