

ほけんだより

2月号 稲羽西小学校 保健室

暦のうえでは、『立春』を過ぎましたが、まだまだ寒い日が続いています。ポカポカと暖かい春の訪れが待ち遠しいですね。

さて、1月の下旬を過ぎた頃から、かぜやインフルエンザによって、学校をお休みする子が急に増えてきました。今後もまだまだ予断を許さない状況が続きます。引き続き、手洗いうがいをこまめに行い、かぜ・インフルエンザの予防をしっかりと行いましょう！



速報！

稲羽西小インフルエンザ状況

◆2月5日（火）現在

1月から現在までにインフルエンザにかかった子は・・・

全校で134人（A型134人、B型0人）です。

学年別で見ると・・・

1年生25人、2年生30人、3年生13人

4年生19人、5年生28人、6年生19人です。

市内では、学級閉鎖を行っている学校がある中、本校でも、1月に学級閉鎖をしました。寒さも本格的な今、まだまだインフルエンザの流行が心配されます。現在のところ、A型にかかる人がほとんどですが、今後B型の流行もみられる可能性があります。引き続き、予防の徹底を行いましょう。

※インフルエンザは「出席停止」です。

「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」は、出席停止となります。

病院でインフルエンザと診断を受けたら、無理をせずしっかりと休養しましょう。



予防は、手洗いうがいだけじゃない！

かぜやインフルエンザの予防には、まず手洗いうがいですが、規則正しい生活習慣をつけることや、適度な運動、バランスのよい食事をすることも大切です。それから、普段みんなが使っている教室。寒いから一日中つい窓を閉め切った状態にいることはありませんか？暖房が入り、暖かくて居心地のよい教室ですが、休み時間には必ず窓をあけて、空気の入れかえ（換気）をしましょう！おうちでも同じです。時間を決めて、換気を行いましょう。

また、空気が乾燥しているので、加湿器を利用したり、濡れたタオルなどを干したりして、上手に保湿してあげましょう。



