

ほけんだより

平成26年1月23日 発行

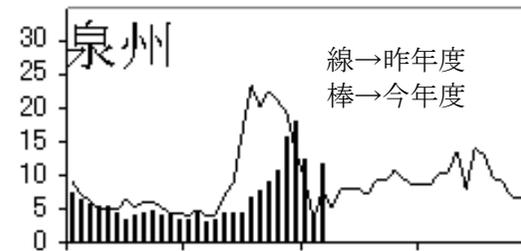
感染症りんじ号 ~おうちの人といっしょによみましょう~

貝塚市立北小学校 保健室

3学期もスタートして3週目となります。北小学校では現在「インフルエンザ」で欠席している児童はいます。しかし、市内の小学校では、流行の兆しが見られません。岸和田市と貝塚市には、インフルエンザ注意報が出ています。気をつけて生活してください!



感染性胃腸炎に気をつけてください!



大阪府感染症情報センターHP より

ノロウイルスをはじめとする、感染性胃腸炎が流行しています。北小学校では、今のところ目立った流行は有りませんが、泉州地域では患者数が昨年度を超えています。

下記に感染性胃腸炎についての注意点をまとめましたので、ご覧ください。

インフルエンザとかぜの違い



インフルエンザの特徴は、「38度以上の熱」「関節の痛み」「のどの痛み」などの症状が急にあらわれます。かぜと症状は似ていても、かぜ薬では治りません。もしかしたら...と思ったら、すぐに病院へ行きましょう。

予防接種をしたから大丈夫?!

インフルエンザの予防接種をしたら、インフルエンザにまったくかからないというわけではなく、症状が悪くなる(重症化)のを防いでくれる効果があります。予防接種をうったから安心!というわけではありません。日々の感染予防は大切にしましょうね。



予防接種と規則正しい生活、そしてみんなの病気に闘うパワーが合わさって、初めてインフルエンザ予防になるよ

感染経路は大きくこの3つ

- 感染者の便や嘔吐物から感染する場合
- ウイルスが感染者を介して食品に移り、その食品を食べた場合
- ウイルスに汚染された食品を加熱せずに食べた場合

感染を防ぐには

- 嘔吐物や便の処理には、「塩素系消毒剤(漂白剤)」を使用
- 食事の前、調理の前、トイレの後など、せっけんで手洗い
- 食品は85℃で1分以上の加熱

準備しておきたいもの

- 塩素系消毒剤
- 使い捨て手袋
- マスク
- 新聞紙や雑巾



インフルエンザは出席停止になります

インフルエンザは、熱が下がっても出席は出来ません。

- ◎「発熱した後5日を経過」
- ◎「熱が下がってから2日を経過」

上記のどちらの日数も経過したら、お医者さんに登校許可意見書を書いてもらってから、登校してください。



インフルエンザも



感染性胃腸炎も

うがい・手あらい 予防の基本!

病気とたたかうパワー

みなさんのからだには、ウイルスとたたかうパワーが備わっています。(抵抗力・免疫力)

パワーアップのヒミツ

- ◇はやね・はやおき
- ◇運動
- ◇バランスのとれた食事

つまり...

