

平成24年1月27日

保護者各位

滑川市立滑川中学校
校長 稲垣 宗之

かぜ・インフルエンザ流行のお知らせと予防について

日頃から学校保健活動にご協力をいただきありがとうございます。

さて、最近かぜやインフルエンザで欠席する生徒がでてきており、流行の兆しがうかがわれます。本校ではうがいや手洗いを励行していますが十分とはいえません。そこで保護者の方々のご協力をいただきたいと思います。いずれも予防が大切なので、下記の項目を十分に理解していただき予防に心がけてください。

記

1 かぜ・インフルエンザにかからないようにするには？

- (1) 人混みに出ない…やむを得ない場合は、マスクを着用する。

インフルエンザウイルスは喉の粘膜で増殖し、全身に影響を及ぼす。

- (2) 外出後はうがい、手洗いをする…家族ぐるみで実施する。

・ウイルスは脂肪でできているので、セッケンで洗うと破壊される。

- (3) 下校後は直ちに制服を脱ぐ…全身にウイルスがついているため、直ちに着替える。

- (4) 体の免疫力を高める…早寝・早起き・朝ご飯を心がける。

2 かぜをひいたら？

- (1) 暖かくして安静にする…朝、体調が悪いときは無理をせず休養する。

【早めの対応は、回復も早いようです】

- (2) 栄養と水分を摂る…消化しやすく体が温まるような食事を摂る。

- (3) 医療機関にかかる…インフルエンザと診断された時は、出席停止となります。

* 朝、体調が悪い場合は、登校を控えてください。また、一度検温をし、熱のある場合や体調不良の場合は、無理に登校せず家庭で様子を見て、できるだけ早く医療機関を受診してください。

* かかりつけの医師から「インフルエンザ」と言われたら、直ちにお知らせ下さい。出席停止となりますので、登校の際には医師のサインが入った登校許可書が必要となります。(登校許可書は学校のホームページからダウンロード・印刷が可能です) 大流行をさけるために取られる処置ですのでご協力ください。