

# しまけんだより

若松商業高校 1月号

2020. 1. 31

会津らしくない気候のまま 1月が終わろうとしています。

雪がなくてなんだかさみしい気がするのは未だでしょうか？

3年生は学年末考査を終え、明日から自宅学習ですね。

この期間を有意義に過ごし、新生活に備えてほしいと思います。

1・2年生は まとめの時期月です。不特定系まで疲れている... 色々な人もいるでしょうが、こにが踏ん張りどころです。Fight!

## 感染症予防について

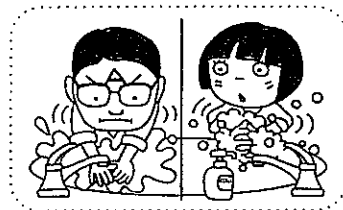
12月号のしまけんだよりで、冬の健康管理についてお知らせしましたが、実践してまけたか？本校では 1/30 現在、インフルエンザA型 13名、感染性胃腸炎 1名です。世界をみると、コロナウイルスの感染拡大が連日、報道されています。

予防法として共通しているのは 手洗い・咳エチケット・栄養・休養です。

今回、WHOが“自分や周囲の人々を病気から守る方法”として“手を洗おう”と呼びかけています。

手を洗うタイミングとしては、

- 咳やくしゃみをした後
- 具合が悪い時
- 調理前・調理中
- 食事前
- トイレ使用後
- 手が目に見えて汚れている時
- 動物物を角虫、トナリ、動物物の糞尿を処理した後



手洗いは、水だけでなく石けんを使って手首まで。



ウイルスは、  
「飛ばさない」  
「手につけない」  
「ついたら洗い流す」  
ティッシュがない時はうでの内側でおさえるのもよい。

のワツをあけています。

みなさんも上記を参考にして、タイミングをのがさずに手洗いを心がけてください。



インフルエンザ流行中

みんなが気をつけて予防に努めてきたところですが、残念ながら学級閉鎖をするクラスができました。

ペットボトルジュースのまわし飲み、はし・スプーンの共有などは危険ですので絶対やめてください。

1人1人が予防についてよく考えて生活してほしいです。

手洗い・うがい  
だけじゃ足りない

# カゼ・インフルエンザ予防の あんなこと　こんなこと

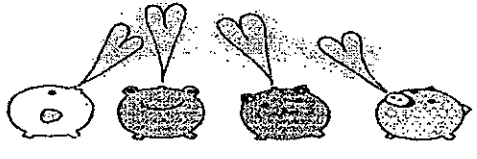
## 〈換気〉



## 〈鼻呼吸〉 鼻呼吸できない時は、 マスクをつけよう



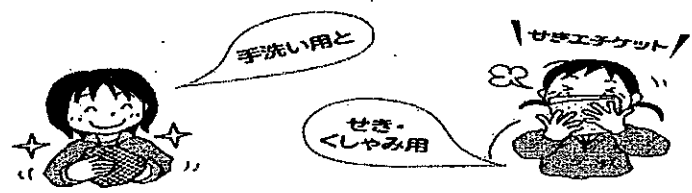
## 〈湿度〉



40%～60%が最適

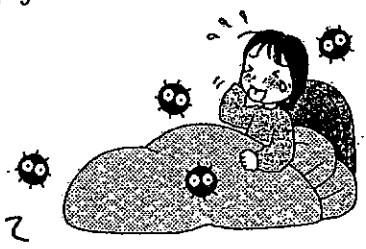
保健委員が暮らしている中、タオルをぬらして  
くれているはずですよ。  
忘れずにください。

## 〈タオル2枚持ち〉



タオルやハンカチを1枚も持っていない。なんて  
論外です。  
めざせハンカチ王子！

がんばって予防に努めても、感染してしまうことがあります。  
そんな時にはしっかりと自宅で休養してください。

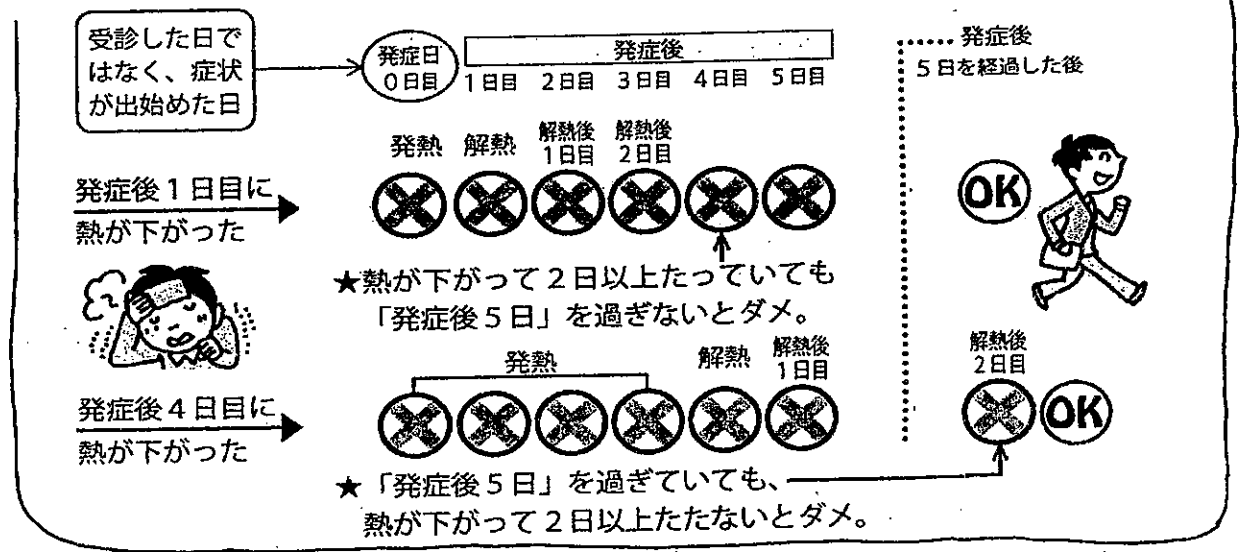


## インフルエンザの出席停止期間について

インフルエンザと診断された場合の出席停止の期間は、法律で次のように定められています。

**【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】**

実際の例を考えてみると...



医療機関でインフルエンザと診断された場合は、速やかに学校へ連絡してください。その際、インフルエンザA型かB型かわかればお知らせください。

登校再開後、『学校感染症連絡書』をお渡ししますので、保護者の方がご記入の上、学校へ手戻してください。