

# 保健室だより



上 中 学 校  
冬の感染症予防号  
R5.1.10 発行

今年も元気に!



あけましておめでとうございます。今年もよろしくお祈りします。

昨年末から3年ぶりにインフルエンザが流行しています。大阪では1機関当たりの患者数が2.21人となり、全国で7番目を記録しました。

寒いと換気がおろそかになったり、手洗いの時間が短くなったりと、ついつい、いい加減になりがちですが、冬こそ予防が一番必要な時期です。教室付近にポスターが貼ってあります

が、まずは手洗いをしっかり行い、ソーシャルディスタンスを保って三密を避け、教室の換気をしましょう。一人一人の心構えと行動が自分とみんなを救います。

そして、新型コロナウイルスだけでなく、インフルエンザやノロウイルス感染症にかからないように感染症予防を行い、元気に過ごしましょう。

## 手洗いの6つのタイミング

<p>外から教室に入るとき</p>	<p>咳やくしゃみ、鼻をかんだとき</p>	<p>給食（昼食）の前後</p>
<p>掃除の後</p>	<p>トイレの後</p>	<p>共有のものを触ったとき</p>

※ **まずは手洗いで感染症予防をしましょう**

※ **アルコール消毒は、手洗いができないときや、給食の配膳の前に行いましょう**

## 油断大敵! うっかりしないで 感染症予防!

生活のあらゆるところにウイルスが...

つい触ってしまう 目・鼻・口...

たくさんあります! うっかり場面...

湯冷め

うたた寝

向かい合っていない近くも 近距離は危険!

接触感染

スマホ

手すり

スイッチ

つり革

ドアノブ

たいちょうなりよう  
体調不良!?

とっこうやく きゅうよう  
特効薬は「休養」です!

わたしは 薬たちは 症状をやわらげて 助けてあげるだけ?

わたしを 薬たちを 頼りすぎないで しっかり休んでね!

守ってね、出席停止期間

STOP!

学校で予防すべき感染症には決められた出席停止期間があります。十分な療養と集団感染を防ぐためにも、しっかりと守ってください。

保健室から...

フルロナを知っていますか? インフルエンザと新型コロナウイルスに同時にかかることを指す造語です。まだ少数ですが、国内でも感染が報告されています。

昨年の12月には熱があったり、体調がすぐれなかったりしても無理をして登校する人がいました。

朝からいつもと違うなど感じた時は、登校を控えて様子を見るか、病院受診をお願いします。