



三田市立ゆりのき台中学校 保健室
令和5年10月2日

～三田市新人戦お疲れ様でした！インフルエンザが流行しています～

体育大会が終わり、
運動部活動の皆さんは、三田市新人戦、お疲れ様でした。
急な体調不良で、参加できなかった人もおり、とても悔しい思いをされましたね。この悔しい気持ちは、次の機会にぶつけてください。
先週末から、インフルエンザが流行しています。
朝から、熱はないけれど、のどが痛い、少しだるいな、という場合は、のどを守るため、周りの人にうつしにくくするため、マスクを着用するようにしましょう。学校に来てから、気になる場合は、いつでも保健室までマスクをとりにきてください。給食前後に熱が上がって早退する場合があります。

～換気、石けん補充、気付いた人が動きましょう～

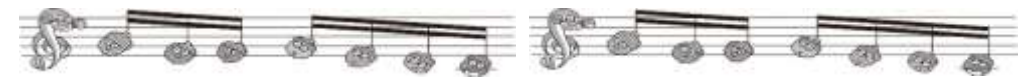
保健委員会で、月に一回、手洗い場の石けんの補充と教室のアルコールの補充をしていますが、このところ、よく手洗いをしてくれており、石けんがなくなってしまっていることがあります。最近、掃除当番や気付いた人が積極的に保健室に届けてくれて補充できるので、とても助かっています。これからも、よろしくお願いします。

教室の常時換気は、先生たちが気にかけておこなっていますが、こまごまとした時、気付いた人がさっと換気をしてくれると助かります。

- ① 流水・石けんによる手洗いとアルコール消毒
- ② 換気
- ③ 流行前のワクチン接種
- ④ 湿度を保つこと
- ⑤ 十分な休養とバランスのとれた栄養摂取
- ⑥ 人込みへの外出を控えることがインフルエンザにかからないために推奨されていることです。知っていることばかりですが、意識して生活することが大切です。

～体育大会が無事終わり、次は文化祭～

先日の体育大会では、各ブロックの気合が結集して、勝った人も負けた人もとてもいい顔をしていました。救護テントでしんどかった人たちも、最後には全員復活できました。
次は、文化祭ですね。文化部の皆さんを中心につくった素敵な作品たちに出会えることを楽しみにしています。



～11日(水) 歯科健康診断です。朝の歯磨き丁寧に！～

全クラス、1時間目にみていただきます。
各学年ホール、または保健室でおこないますので、1時間目の授業担任の先生の指示に従ってください。今回は、当日欠席した場合の追加健康診断はありません。

保護者の皆さまへ

急な発熱等によるお迎えや感染症罹患時の学校への連絡等ご協力ありがとうございます。
先週末から、インフルエンザが流行しており、昼頃に高熱で早退する生徒が増えています。感染症流行時は、保健室がいっぱいになるため、出来る限り早めのお迎えにご協力ください。

また、緊急連絡先に出られる状態にさせていただくとともに、変更があった場合は、必ずご連絡ください。

【参考】

抗インフルエンザウイルス薬の服用を適切な時期（発症から48時間以内）に開始すると、発熱期間は通常1～2日短縮され、鼻やのどからのウイルス排出量も減少します。症状が出てから2日以降に服用を開始した場合、十分な効果は期待できません。使用する際には、用法、用量、期間を守ることが重要です。

（出典：厚生労働省ホームページより）

高熱による病院受診の場合、電話予約する際、学校でインフルエンザが流行していること、高熱を確認した時間をお伝えいただき、受診のタイミングは病院の指示に従ってください。

早退のお迎えに来ていただいた時に、いつ頃学校で発熱を確認したかをお伝えしています。