

インフルエンザ 爆発的 大流行

1月の第3週より全国的に患者数が増加しはじめ、
京都府下でも学級閉鎖があいつでいます。本校も
1月25日～27日に通学高等部1年生が学級閉鎖を
実施しました。現在も発熱や頭痛で保健室にくる
人が後をたたず、予断を許しません。



今年はお年寄りが重症化しやすいA香港型が
9割を占め、5年ぶりの流行だそうです。

2月中旬にピークをむかえるとのことで、さらに注意が必要です。



インフルエンザにかかったら・・・

欠席しても欠席扱いになりません。(出席停止とい
います)本校は診断書はいりませんが、保護者からの
連絡でその扱いにします。検査でインフルエンザと言
われたら、必ず担任にその結果を伝えてください。
熱が下がってから2日は登校してはいけません。

予防は

- ①手洗い・うがい・マスク
- ②保温、休養
- ③加湿(50%以上)と水分補給

インフルエンザ流行レベルマップのご紹介



日本地図を
クリックし
てください。

全国のインフルエンザの流行状況が分かるホ
ムページです。①下記アドレスの日本地図をクリ
ックする。②流行状況を知りたい県をクリックす
る。すると現在、その地域でどれくらいインフル
エンザが報告されているかなどが分かります。

<https://hasseidoko.mhlw.go.jp/Hasseidoko/Levelmap/flu/index.html>

抗インフルエンザウイルス薬×ドリンク剤

インフルエンザを早く治したいから、
薬の他に市販のドリンク剤の力も借りよ
うと考えているあなた。ちょっと待って!!
インフルエンザの治療に使われる、タ
ミフルやリレンザなどの抗ウイルス薬と、
市販のドリンク剤やかぜ薬をいっしょに
飲むと、含まれる成分の影響で異常行
動を起こす可能性があることが分かり
ました(参考:2009年12月26日付 朝日新聞)。

薬は、水かぬるま湯で飲むこと。処方
された薬を飲んでいるときは、それ以外
の薬や栄養剤を自己判断で飲まないこと。
薬を飲むときの鉄則を守ることが、早
い回復への近道です。



! のどが乾燥すると、かぜなどのウイルスが、からだに入りやすくなります。マスクをすると、自分の息でのどがうるおうので、かぜなどの予防になります。

かぜのクイズ

問題



かぜをひくと、熱が出るのは、なぜ?

- ①かぜのウイルスが、からだの中で熱くなっているから。
- ②からだかウイルスとたたかっているから。

解説

かぜのウイルスは、あつさが苦手です。

そこで、ウイルスがからだに入ってくると、ウイルスをやっつけるために、からだはがんばって熱を出します。

熱が出るのは、からだかウイルスとたたかっているからなのです。 (②...ㄝㄢㄣ)



2月のスケジュール

3 (金) 整形相談

9 (木) 整形相談

14 (火) 健康相談 (有賀 Dr)

* 病弱部・重心部発育測定



なぜマスクなのか?

マスクを持って登校しよう

かぜのウイルスは、1万分の1~10万分の1ミリほどの大きさですが、咳やくしゃみのしぶきにくっついて勢いよく飛び散り、まわりに広がります。

こうして飛び散るウイルスを防ぐのに役立つのが、マスク。咳やくしゃみのしぶきを直接吸い込むのを防ぐ効果があります。

「かぜかな?」と思ったとき、そして、まわりにかぜ気味の人がいるとき、すぐにつけられるように、マスクを持ち歩くと安心です。

使い終わったマスクを入れる、MYビニール袋も忘れずにね。