



# あぶくま

第6号

平成26年12月19日  
発行責任者：稲奈 貞夫



## 今学期も大変お世話になりました

12月に入ってから平年以上の寒さ厳しい日々が続いていますが、学校では登校時の子どもたちの元気なあいさつが寒さを吹き飛ばしてくれています。また、休み時間や昼休みには寒風の中、校庭で遊ぶ子どもたちの姿にたくましさを感じているところです。

今学期は台風の影響による休校が2日ありましたが、大きな学習の遅れもなく教育活動を進めてくることができました。また、陸上や合奏、各種コンクール等の対外的な大会での活躍も目覚ましく、一人一人の努力が大きな実を結んだ学期でもありました。

保護者の皆様にはPTA活動や学校行事等でお世話になりました。22日の終業式を終えると16日間の冬休みに入りますが、家族全員で健康に留意しながら事故のない安全な生活を送っていただきたいと思っております。



## インフルエンザの予防と対策

岩瀬郡内でもインフルエンザが流行している学校が増えてきました。本校での罹患者数は現在1名とまだ少ないですが、昨年度も三学期が始まってから罹患者が急増したことを考えると、冬休み中からの予防と対策が大切であると思っております。学校は集団生活なので、感染の危険性は当然高くなります。また、予防接種を受けていても症状は軽くなりますが感染を防ぐことは難しいようです。

お子様につらい思いをさせないため、そして流行を抑えるためにも「予防」と「対策」につきましてご理解とご協力をお願いいたします。

### 《日常生活での予防策》

- 手洗いうがいの励行
- 室内の保温・保湿・換気
- 十分な睡眠と栄養
- マスクの着用

空気中のウイルスは口、鼻より侵入し、気道表面の粘膜に付着します。通常は気道表面の繊毛運動の働きで粘液を外へ送り出しますが、寒い時期は体温を保つため、血管が収縮し、気道粘膜の血流も悪く、繊毛運動の働きが低下し、ウイルスが侵入しやすくなると言われています。

従って、四つの予防策は簡単かつ効果の高いものと思います。

### 《インフルエンザの特徴》

- 初期症状・・・悪寒、頭痛（突然の発病）
- 主な症状・・・高熱（38～40度）、頭痛、悪寒、筋肉痛、関節炎、腹痛、下痢等

### 《感染の疑いのある場合》

- すぐに風邪と判断せず、様子を見て医者診断を受けてください。
- 学校への連絡・相談を行い、無理に登校させないでください。

### 《感染した場合》

- 医者診断を受け、感染が認められた場合は速やかに学校へご連絡ください。
- 「出席停止」（欠席ではなく）となりますので、家庭でゆっくり休ませてください。
- 出席停止終了は、発症後5日（診断日を含めて6日）かつ解熱後2日（平熱に戻った日を含めて3日）が経過するまでが目安となりますが、最終的には医者診断により学校が判断しますので、必ず診断結果を学校に連絡し、指示を受けてください。