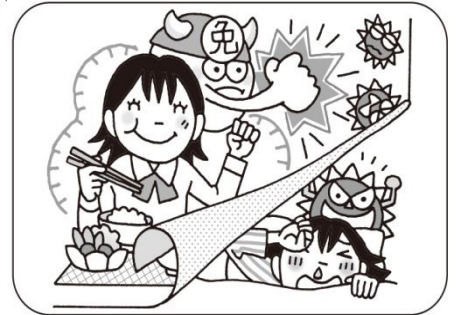


# ほけんだより12月

平成29年12月  
金沢商業高等学校保健室

雪の結晶というと、どんな形を想像しますか？6つの花びらがついた花のような形でしょうか。温度や湿度によって形を変えるそうで、鉛筆のような形や線状、多面体などになることも。同じように形を無限に変えるものが身近にあります。風邪の原因になるウイルスです。形はいろいろでも、基本的な予防法は「手洗い」と「規則正しい生活」。やっとならぬのに違う種類のウイルスでまたダウン、なんてことにならないようにして下さい



## インフルエンザの流行シーズンに入りました

### インフルエンザの 感染経路3つを知って 予防しよう

**飛沫**  
感染

感染している人のくしゃみやせきで飛び出したウイルスを吸い込む



予防法 **マスクをする**

**接触**  
感染

ウイルスのついたものをさわった手で、自分の口や鼻、目などをさわる



予防法 **手をしっかり洗う**

**空気**  
感染

空気中にふわふわ浮いているウイルスを吸い込む



予防法 **換気をする**

### <マスクの正しい付けかた>



### <予防の基本は手洗い>

インフルエンザはウイルスにより感染するので、ウイルスを体内に入れないようにしましょう。流行期には、手にウイルスがつく可能性があるため、毎日こまめに手洗いをするのが重要です。また、インフルエンザウイルスは、アルコールによる消毒も有効なので、アルコール消毒なども活用しましょう。

### 学校医の先生より

- ・マスクの着用（特にバス内など）を心がけましょう。
- ・出席停止の期間を守りましょう。

★アルコール消毒を各クラスに配ります。感染症予防のため活用して下さい。

→石けんで手洗いを行い、十分に手を乾かした後、適量（ワンプッシュ）を手を受け、手指消毒液が十分に乾くまで丁寧に擦り込みましょう。



# インフルエンザ いつから登校していいの？

小・中・  
高校版

もし、インフルエンザと診断された場合は、すぐに学校まで連絡をお願いします。また、**出席停止期間**を守り完全に治ってから登校しましょう。**病欠証明書**はHPからダウンロードするか、登校後、担任からもらい病院で書いてもらってから**学校に提出**して下さい。

登校していいのは、この2つがそろった時

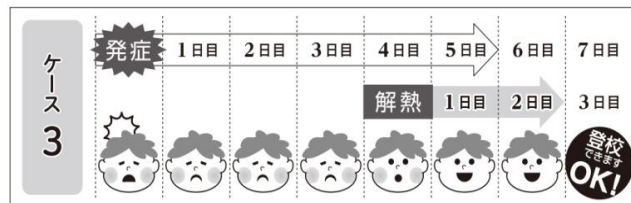
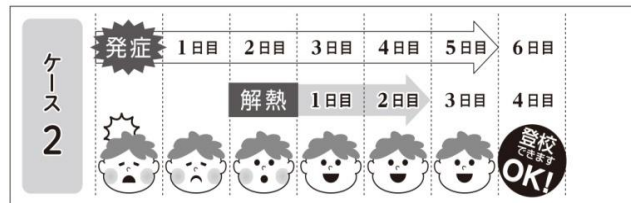
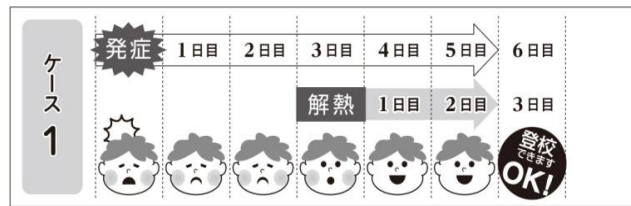
解熱後  
**2日**が経過している



発症後  
**5日**が経過している

※発熱がみられた日を発症とします

※ただし、医師に「感染のおそれがない」と認められた時は登校してもOK



## <厚生労働省ホームページより>

インフルエンザにかかった時は、抗インフルエンザウイルス薬の種類や服用の有無によらず、異常行動にご注意下さい。

### <具体的な対策>

**原則** ※これまでも注意喚起を行っている内容

- ・小児、未成年者がインフルエンザにかかった時は、抗インフルエンザウイルス薬の種類や服用の有無によらず、少なくとも治療開始後2日間は小児・未成年者を一人にしない

**小児・未成年者が住居外に飛び出ないための追加の対策 (例)** ※新たに示した対策 (例)

#### (1) 高層階の住居の場合

- ・ 玄関や全ての部屋の窓の施錠を確実に(内鍵、補助錠がある場合はその活用を含む)
- ・ ベランダに面していない部屋で寝かせる
- ・ 窓に格子のある部屋で寝かせる(窓に格子がある部屋がある場合)

#### (2) 一戸建ての場合

- ・ (1)に加え、できる限り1階で寝かせる

むし歯の受診がまだの人に再度「歯科検診結果のお知らせ」を渡します。受診が済んだら「受診確認書」を提出して下さい。もし、受診したのに報告書を出していない人がいましたら、**必ず保健室まで知らせて下さい。**

<参考>平成29年9月現在、小松市、輪島市、珠洲市、加賀市、羽咋市、かほく市、白山市、能美市、川北町、内灘町、志賀町、宝達志水町、中能登町、穴水町、能登町では18才になる年度末(3/31)まで医療費助成制度の適用となります。