



ほけんだより

国神小保健室発行
No.14 令和6年1月26日

ダブル流行にご注意ください!

2学期の後半から、全国的にインフルエンザが流行しました。

1月になってからはインフルエンザと新型コロナウイルスのダブル流行の状態が続いています。

新学期が始まり、3週間経過した国神小学校では、インフルエンザは4人、新型コロナウイルスは10人発症しています。

改めて、感染対策の徹底と感染拡大の防止にご協力をお願いいたします。



インフルエンザ

と

コロナ

は、こんなところが違います!

種類	出席停止期間	主な症状	潜伏期間
インフルエンザ	発熱した後5日を経過し、かつ、解熱した後2日を経過するまで。	悪寒、頭痛、高熱、倦怠感、鼻汁、のどの痛み、筋肉痛	1～4日 (平均2日)
新型コロナウイルス感染症	発症した後5日を経過し、かつ、症状が軽快した後1日を経過するまで。	発熱、咳、のどの痛み、鼻汁、倦怠感、味覚症状など	多くは 5～6日

感染対策2

水は冷たいけれど…



手あらいでウイルスをシャットアウト!

手には目に見えないウイルスや細菌がたくさんついています。その手で食事をしたり、目・鼻・口をさわったりすると、体の中にウイルスが入ってしまいます。

そこで、大切なのが手洗いです。できるだけ石けんを使って洗いましょう。

手からウイルスを浮かびあがらせ、水だけで洗うより落とすやすくします。

アルコール消毒もインフルエンザやコロナには効果的です。

爪のすき間にもアルコールがかかるように意識できるといいですね。



健康ファイルをお配りしました。R6・1月の身体測定の結果をご確認ください。お子さんの様子について、コメントの記入をお願いします。6年生には卒業式直前にお渡しします。