

えがお

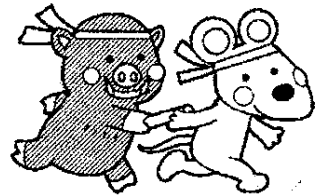
御所見小ほけんだより

御所見小学校保健室

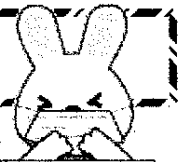
ことしもよろしくおねがいします！

いよいよ2020年、オリンピックイヤーが始まりました！
 年末年始はおもちをたくさん食べて、おうちでゴロゴロ寝
 ていた…なんて人、いませんか？ 学年のまとめの3学期。少
 しお兄さん・お姉さんになって、次の学年にステップアップしてね！

インフルエンザ流行は今シーズン全国的に早く、御所見小でも12月に学級へ
 いさがありました！ 冬休み中にもインフルエンザにかかったという子がたくさ
 ん…！ きちんと石けんで手を洗って、インフルエンザを予防しよう！



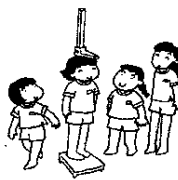
1月のほけんもくひょう…インフルエンザを予防しよう！



☆1月の保健行事☆

- 1/10（金）計測1年・5くみ
- 1/14（火）計測2年
- 1/15（水）計測3年
- 1/16（木）計測4年
- 1/17（金）計測5年
- 1/20（月）計測6年
- 1/23（木）経過観察者
検尿
- 1/28（火）保健委員会朝会

過ぎてしまいまし
 た。ごめんなさい！



おうちの方へ

「確実に連絡がつく連絡先」 をお知らせください！

発熱など、急な体調悪化でお迎えをお願
 いすることが多い季節です。仕事中に携帯に出
 られない、番号が変わったなど、連絡が取れな
 いケースが多くなっています！ 日中確実に
 連絡が取れる職場・ご親戚などの連絡先を、
 連絡帳でお知らせいただくとともに、毎日の
 予定をお子さんと確認してください。

インフルエンザの流行、 12月から始まっています！

今年度は早くもインフルエンザが流行
 しています！ いつもスタートの遅い御
 所見小だけど、例年になく流行が早く始
 まって、今年は12/17～19に、2の1が
 学級へいさをしてしまいました！（えがおの号外出せなくてごめんなさい）先週初め
 はインフルエンザでの欠席も多かったです。今のところ流行しているのはインフルエン
 ザA型です。流行が早く始まる年は、大流行になることも多いんですよ！ さらにイン
 フルエンザはA型が2種類以上いっしょに流行ったり、B型に
 もかかることがあるので一度かかっても安心はできないんで
 す。最悪の場合、一冬に2回以上インフルエンザになってしま
 うことも…！ 手洗い・うがいや、部屋の換気に加えて、すい
 みをたっぷり取って、かからないよう気をつけましょう！
 部屋の湿度を上げるのも大事ですよ。



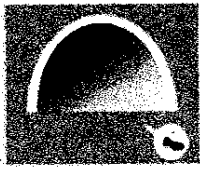
マスクは「ほかの人」のため！



この時期、マスクをしている子多いですね。している子に聞くと「予防のため」という返事が…。年末にはマスク禁止のお店の話題もありました。マスクって、インフルエンザの予防に効果はあるのかな？

ウイルスってマスクを通れるの？

マスクは、花粉や、せき・くしゃみのしぶきは通さないけど、インフルエンザウイルスは小さすぎて防げないんだ。ウイルスがアリくらいの大きさだとすると、マスクの穴はなんとトンネル大！ ウイルスは、よゆうで通り抜けられちゃうんだよ！



え？ じゃあマスク意味ないじゃん！？

マスクの効果はおもに四つ！

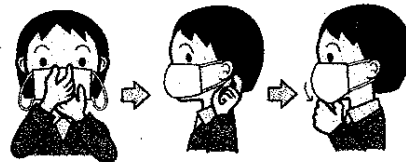
- ① かかっている人（患者）が、せき・くしゃみのしぶきをほかの人に飛ばさない
 - ② 患者のせき・くしゃみのしぶきを吸い込まない（めったに飛んでこないけど、看病する人は必要）
 - ③ のどが湿った状態になる（乾かない）
 - ④ 汚れた手で鼻や口をさわらないようにする
- インフルエンザの人やねつがある人は、まわりの人のためにつけないとね！ そして②③④の意味で、予防にもちょっとは効果あるかな？

ざっくりまとめると…

インフル エンザに…	マスクの おすすめ度
かかっている・なおったばかり・かかっているかもしれない人	◎
かかりたくない人	○

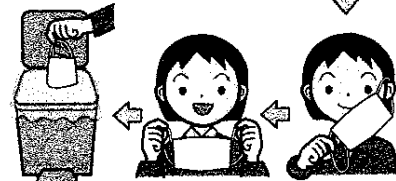
きちんとつけなきゃ意味がない！ マスクの正しいつけ方・はずし方

ワイヤーをまん中でおって、はなに合わせており目をつける



上下をもってひろげ、はなからあごまでカバーする（はな・ほおにすきまがあいていたらダメ）

二つおりにして、ゴミばこにすてる（使いすてをもう一度使っちゃダメ）



すてるときは、ひもだけをもちてはずす

12月号クイズの答えは…「ごしょみのこはげんき」でした。分かったかな？

保護者のみなさまへ…

発行が遅くなり、計測が終わってしまいました。ごめんなさい！ 今年のインフルエンザは、とにかく流行の始まりが早い！ 2009年の新型インフルエンザ以来ではないでしょうか？ 先週は何とか学級閉鎖をしないですみました。このまま減ってくれたらありがたいのですが…。

マスクについて、年末にAEONが原則禁止方針を示して賛否両論飛び交いましたね。中国武漢での新型コロナウイルスなど不安材料もありますが、口元が見えないと、耳の不自由な方は勿論、耳が遠くなった方も困るようです。口の動きを見て音を推測するんですね。一方で、抵抗力が弱い病気の方もいます。マスクは「他の人のために必要な時にする」、そんな周囲を気遣う優しい社会になって欲しいなあと思います。

