

ほけんだより 12月



令和6年12月11日
分水北小学校
保健室発行

あつという間に2024年が過ぎようとしています。風邪を引かず歳を越せるように、睡眠時間の確保と風邪予防に努めましょう。

❁感染対策を行い、「トリプルパンデミック」を防ごう！❁

県内で、インフルエンザ、新型コロナウイルス感染症、マイコプラズマ肺炎が増加傾向です。また、3つの感染症が流行する「トリプルパンデミック」が全国的に懸念されています。

インフルエンザや新型コロナウイルス感染症をはじめとする感染症の予防には今までと同様、「手洗い」「マスクの着用を含む咳エチケット」「換気」などが有効です。

冬の感染対策

インフルエンザ、新型コロナウイルス感染症をはじめとする感染対策の基本は「手洗い」「咳エチケット」「換気」です。

医療機関や高齢者施設などでは、重症化リスクの高い方への感染予防のためマスクの着用を求められることがあります。

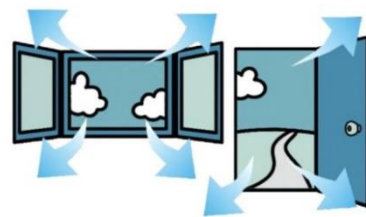
正しい手の洗い方

- 流水で汚れを洗い流し、手のひらで石けんを泡立てます。
- 手の甲を伸ばすようにこすります。
- 指先・爪の間を念入りにこすります。
- 指の間を洗います。
- 親指と手のひらをねじり洗います。
- 手首も忘れずに洗います。
- 石けんを流水で洗い流します。

3つの咳エチケット



こまめな換気



寒いと、つい窓を閉めっぱなしに
開けて空気を入れ替えましょう。

厚生労働省 健康・生活衛生局 感染症対策部 感染症対策課

※「伝染性紅班」...両頬に赤い発疹がでるため「リンゴ病」ともいわれる感染症も流行しているようです。ご注意ください。

❁登校許可書について❁

新型コロナウイルス感染症やインフルエンザに関しては、今まで通り登校許可書がなくても登校することは可能です。しかし、他の感染症に関しては登校許可書をもって登校をしてください。登校許可書がない場合は、「欠席」となります。ご承知おきください。