

### インフルエンザ と診断されたら…

インフルエンザは、出席停止です。

【出席停止期間】 発症後5日、かつ、解熱後2日が経過するまで

登校再開の際は、「登校届」を提出して下さい。

登校届は、保護者が記入する用紙です。

学校のホームページからもダウンロードが出来ます。



### 新型コロナウイルス感染予防

#### 基本を押さえて続けていこう

★石けんを使って手洗い★



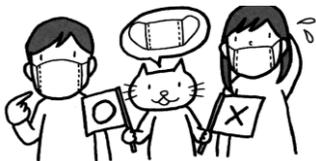
★換気★



★健康観察★



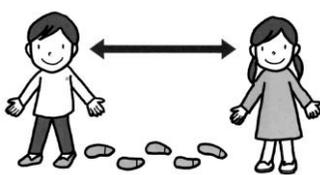
★マスクをつける★



★給食は熟食★



★隣の人と距離をとる★



インフルエンザの感染予防対策も基本は同じです。

みんなで予防対策を取り組み、流行を防いでいきましょう！



### 感染性胃腸炎に注意しましょう



学校で嘔吐したり、感染性胃腸炎（ノロウイルスやロタウイルスなどが原因）と診断された児童が出たりしています。感染性胃腸炎は出席停止扱いになります。また、登校再開の際は、「登校許可意見書（医師が記入）」の提出が必要です。登校許可意見書は、学校のホームページからもダウンロードが出来ます。

#### 嘔吐したとき…吐しゃ物の掃除のしかた

※ノロウイルスには消毒用アルコールでは不十分です。  
塩素系漂白剤を使って消毒しましょう。



①使い捨て手袋、マスク、エプロンをつける



②紙や新聞紙で吐しゃ物をおおう



③まんべんなく塩素系漂白剤をひたす



④おった紙ごと吐しゃ物を包みとる



⑤跡を拭き取り、薄めた塩素系漂白剤で拭き、最後に水拭きする



⑥吐しゃ物や紙、手袋などをビニール袋に入れ、密閉して捨てる

感染性胃腸炎の原因となるウイルスは、吐しゃ物や便に多く含まれているので、トイレも消毒が大切です。また、下痢が止まった後も、2週間位は便の中にウイルスが排泄され続けます。消毒は、しばらくの間続けましょう。





# はや よぼう しょうじょう かる かふんしょう 早めに予防するほど症状が軽くなる「花粉症」



花粉症は、スギやヒノキなどの植物の花粉を吸いこむことで、鼻水やくしゃみなどの症状が起こるアレルギー性鼻炎のひとつです。目に入ったときは、アレルギー性結膜炎を起こします。今は花粉症ではない人も、花粉を大量に浴び続けていると、突然発症する可能性があります。花粉症にならないために、また、花粉症の症状を軽くするために大切なことは、症状が出る前から、できるだけ花粉を体の中に入れないようにすることです。

## 花粉症の主な症状

## 花粉が飛ぶ時期と花粉対策



花粉症は、スギ以外にも様々な植物の花粉が原因で起こります。「花粉症かもしれない」と思ったら、病院に行って原因を調べてみましょう。原因がわかれば、その花粉が飛ぶ時期に対策をとることができます。

かぜの症状と似ていますが、花粉症は花粉が飛んでいる間は症状が出続け、長引くのが特徴です。

### 【スギ以外の花粉が飛ぶ時期】

### 【花粉を体に入れない対策】

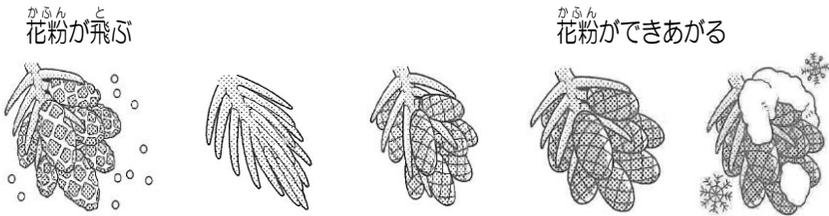
## 花粉が飛ぶ時期

多くの人の花粉症の原因となっているスギ花粉は、関東地方では2月中旬頃から飛び始めます。その時期が近づいたら、症状が出ていなくても、できるだけ花粉を吸わない生活を心がけましょう。



スギ(雄花)の一年

|    |    |         |         |            |    |    |    |    |     |     |     |
|----|----|---------|---------|------------|----|----|----|----|-----|-----|-----|
| 1月 | 2月 | 3月      | 4月      | 5月         | 6月 | 7月 | 8月 | 9月 | 10月 | 11月 | 12月 |
| 睡眠 | 開花 | 新芽が出て育つ | 雄花がで始める | 雄花の中で花粉が成熟 | 睡眠 |    |    |    |     |     |     |



- \*\*\* 花粉が多く飛ぶ日 \*\*\*
- ①雨が上がった次の日で気温が高くなった日
  - ②気温が高い日が続いたとき
  - ③空気が乾いていて風の強い日

