



令和6年12月6日発行

川崎町立富岡中学校

保健室

今年も残り1か月を切りました。12月に入りますます寒くなったことで体調を崩しやすくなっています。県内においては、新型コロナウイルス感染症、インフルエンザの罹患者が増加しており、学級閉鎖や学年閉鎖をしている報告を確認しています。他にもマイコプラズマ肺炎や溶連菌感染症などの感染症も増えているようです。お子さんの体調管理にこれまで同様ご留意くださいますようお願いいたします。



冷え込みが厳しくなってきました。手袋などの防寒着はもちろん、下着の工夫や重ね着につきましてもようお願いいたします。

◆1年生と2年生「アレルギー調査票」について

今年度も町内統一様式でアレルギー調査を実施する時期になりました。必要事項を記入し、保護者氏名欄に押印したものを、12月18日(水)までに学校へ提出していただきますようお願いいたします。3年生への調査はありません。

◆健康手帳について

身長と体重を計測しました。9ページの記録を確認していただきましたら、保護者印の欄に押印し12月13日(金)までに学校へ提出していただきますようお願いいたします。

◆今月の保健目標「衛生的な環境づくりに努めよう」

17日(火)から計画的に大掃除が始まります。

いつものお掃除以上に、汚れ落とし用の洗剤、冷たい水、雑巾に触れる機会が増えます。

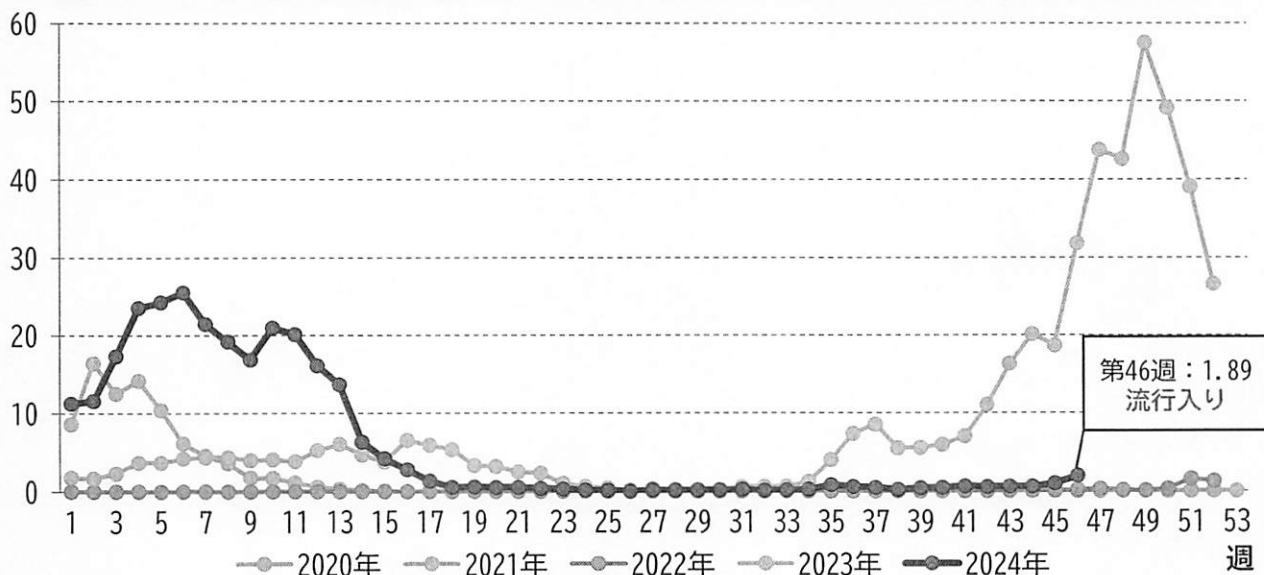
この時期は、あか切れなどの来室者が増えますが、保健室では絆創膏での対応になります。

病院で塗り薬などを処方してもらう方法もあります。ひどくならないうちに受診することもご検討ください。

季節性インフルエンザが流行中

宮城県では、第46週の1定点医療機関あたりの季節性インフルエンザ患者数が1を超え、流行入りしました。例年、3月頃まで流行が続きますので、適切な感染対策を行い、感染拡大を予防しましょう。

宮城県での1 定点医療機関あたりの季節性インフルエンザ患者数



季節性インフルエンザとは

原因：インフルエンザウイルス

流行期：例年は11月下旬から3月頃まで流行します。

通常、流行のピークは1月から2月頃で、4月から5月頃にかけて減少します。

症状：1～3日間の潜伏期の後、38℃以上の発熱、咳、のどの痛み、頭痛、関節痛、筋肉痛など全身の症状が突然現れます。多くの場合、約1週間で軽快しますが、重症化すると、肺炎や脳症等を起こすことがあります。

基礎疾患(持病)のある方や乳幼児、高齢者は重症化のリスクが高くなります。

感染経路：飛沫感染(感染者の咳やくしゃみに含まれるウイルスを吸って感染)

接触感染(感染者のくしゃみや鼻水等で汚染された物を他の人が手で触り、その手で鼻や口を触ることでウイルスが体内に入って感染)

予防のポイント



手洗い

外出後や食事前など、石けんによるこまめな手洗いやアルコール製剤による手指消毒を徹底しましょう。



換気

こまめに換気を行い、新鮮な空気と入れ替えることを心がけましょう。



咳エチケット

マスクは不織布マスクを使用し、鼻と口の両方を確実に覆い、フィットするように調節しましょう。



予防接種

発症をある程度抑える効果や重症化を予防する効果がありますので、接種を検討しましょう。