

インフルエンザの発生に伴うお知らせ

新学期が始まりましたが、同時にインフルエンザでの欠席者も出始めています。

昨年度は新型インフルエンザの大流行で、厳重な感染防止措置を行い、家族の人がかかったときには自宅待機をお願いしましたが、今年度はそのような厳重な感染防止措置を取らないことにしました。

従いまして、本人がインフルエンザに罹患していない場合は、登校させていただくようお願いいたします。

また、以下のようなことに注意していただき、感染しないよう、さらに、感染を広げないよう注意してください。

(1) 朝、起きたら必ず体温を測る。

次のような時には、朝学校に来る前に、病院に行ってから登校してください。

37.5 以上の時

頭痛や鼻水、せきやたんが出て、37.3 以上の時

(2) 流水でせっけんを使って、手を洗いましょう。

指先・指の間・手の甲・手のひら・手首の順で

手洗いは、学校に着いた時・トイレの後・授業の後・家に着いたとき

(3) 手を洗ったら、そのあとでうがいをしましょう。うがい薬は使わなくても構いません。

「ぶくぶくうがい」を1~2回する。

そのあと「あー」や「がー」と言いながら「ガラガラうがい」を2~3回しましょう。

(4) 顔も洗いましょう。(顔にもウイルスが付いていて、それを吸い込む可能性があります。)

(5) せきが少しでも出ている人は、必ずマスクをしましょう。マスクは自分で用意してください。

(つばやウイルスが飛ぶので、人にうつす可能性があります。)

(6) 色の濃い野菜を食べましょう。(ウイルスに対する抵抗力を高めます。)

(7) 午後10時~午前2時の間は、熟睡できるような生活リズムにしましょう。

(免疫を高めるホルモンが、この時間に最も出ます。)

(8) 家族の人がインフルエンザにかかっても、登校してください。(本人が罹患していなければ、出席停止にはなりません。)

(9) 本人がインフルエンザにかかったら、お医者さんから証明書に記入をしてもらってから登校してください。証明書の用紙は学校に備えてありますが、本校のホームページにも載せておりますので、ダウンロードしてお使いください。

(「在校生・保護者の皆様」 ログインして 「各種請求書フォーム」 「登校許可書」)