

# ほけんだより

平成21年10月13日 / 石部中学校 7



10月の3連休をあなたはどのように過ごしましたか？ 通学の途中に、そして校内のあちこちに、たしかな秋が見られるようになりましたが、朝夕はひんやりとした空気を感じることも多くなってきました。過ごしやすいいけれども、体調をくずしやすい時期。衣服の調節や水分補給にも気を配りましょう。

## 石中インフルエンザ注意報発令!!

石部中学校でもインフルエンザにかかった人が出てきました。その人たちのようすを聞いてみると、

1週間あまり微熱が続いていたが、急に高い熱が出た。

前の日から熱っぽく、当日朝は微熱、夕方になって、急に熱が上がった。

前の日まで特に症状は出ていなかったのに、朝、発熱していた。

など、かかり始めはさまざまであることがわかりました。また、いつ、どこで、何がもとでインフルエンザにかかったかを尋ねても、「これだ!」と特定できるものはなく、

また、共通点もありませんでした。

こうしたことから、今後、校内でインフルエンザが広がることがあったとしても、原因を一つに特定することは難しいと思われます。大切なことは、原因探しをすることではなく、「インフルエンザにかからない」「重症化を防ぐ」「うつさない」ためにはどうすればよいかを考え、一人ひとりが実行することです。



## インフルエンザを予防するために

これまでからいくどとなく繰り返してきましたが、次の4点を必ず実行してください。

手洗い・うがいの徹底 咳エチケット・マスクの着用 定期的な部屋の換気 規則正しい生活

なお、学校での感染拡大を防止するため、37度程度の発熱、咳こみ、体調不良などが見られた場合、早期の早退を勧めることがあります。ご家庭のご理解とご協力をお願いします。

- ・38度以上の発熱で病院に行く場合、先に電話連絡をしてから行くようにしてください。
- ・インフルエンザの診断を受けたときは、すぐに学校までご連絡ください。



## 秋季総体は待ってくれない!!!

今週末には秋季総体。新チームとして大切な公式試合ですね。この総体に際し、中体連から次のような指示が来ているので、いっそう注意してください。

学級閉鎖をしている学級の生徒は、たとえインフルエンザにかかっていなくても、大会に出場することはできません。

ある部の中でインフルエンザにかかった生徒が増えてきた場合、そのチームは大会に出場することはできません。

3年生にとっても、進路選択に向けて三者懇談で決意したことを実現していく大切な時期であることに変わりはありません。さあこれからという時に、ペースをくずさずがんばれるよう、体調管理に心がけましょう。

