

日ざしは暖かですが、朝晩の冷え込みに秋の深まりを感じる時季になりました。身体が寒さになれていないこの時期は、かぜやインフルエンザに要注意です。茨城県内でもインフルエンザによる学級閉鎖がありました。校内でも発熱での欠席者が増えています。

今後とも、うがい・手洗い・咳エチケット等、かぜ・インフルエンザの予防にご協力をお願いします。お子さんの体調の変化にもご注意ください。

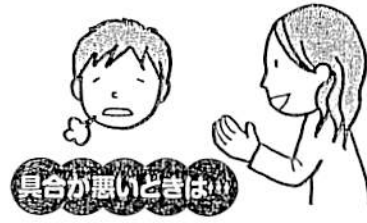


かぜ・インフルエンザがはやる時期です！



朝の健康観察をお願いします

朝は何かと忙しいですが、起きてきたとき、食事のとき、支度をしているときなど、いつもと違う様子がないか少し注意してみてください。次の項目を参考に、お子さんの健康観察をお願いします。

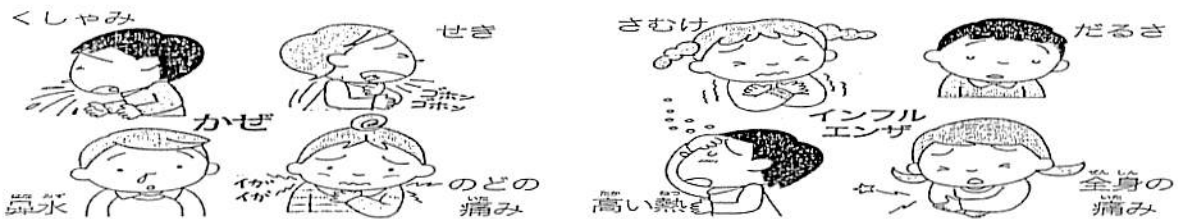


体温を測り、体の様子を詳しく見てあげてください。

朝の体温は一日のうちで一番低いです。朝、微熱があると、日中に熱が上がってくる可能性があります。早めの休養をおすすめします。



かぜとインフルエンザの主な症状のちがい



○ 例年、10月頃からインフルエンザの予防接種が受けられます。インフルエンザワクチンは感染予防対策として重要であり、罹患した場合の重症防止にも有効といわれています。流行する前に予防接種を受けることをおすすめします。

○ インフルエンザの症状がみられたときには、早めに病院を受診してください。病院で「インフルエンザ」と診断を受けたときには、出席停止となりますので、学校へ連絡をお願いします。(平井小学校 電話 82-1751)

☆出席停止の期間：熱が下がった後2日を経過するまで

○ 咳などの症状がある場合は、咳やくしゃみをする際にティッシュで口元を覆ったり、マスクを着用しましょう。