

元気な子ども！

天童市立長岡小学校 No.11
平成 29 年 1 月 18 日

インフルエンザの季節

なんと言っても、予防第一！

ゆっくり休養しよう！



- * マスクは必ずつけて
- * 早寝・早起き

家庭での健康観察



- * あさ、体温を測る
- * 37℃以上は要注意！



何でも食べよう！

- * ビタミン類をたくさん食べる

水分補給



手洗い・うがいはしっかり

本校のインフルエンザ

先週よりインフルエンザ A 型が5名、今週5名発生している。

天童市内

今週、天童一中、四中で発生し学級閉鎖をしている。

症状

急な発熱(38℃以上)、鼻水、のどの痛み、せき、体のだるさ、関節痛、などです。
予防接種をしていた人は少し症状が軽いようですが、個人差があります。

欠席の期間

5日間は必ず休む かつ 解熱して2日間は休む

(発症して4~5日目にまた熱が出た場合)

…となっていますので無理をさせず

- ◎熱はないが、せきがひどい・・・せきがでる場合はまだまだうつります。
気管支炎や肺炎に重症化しないように注意してください。
- ◎処方された薬を全部飲みきる・・・勝手に薬をやめるとぶり返します。
- ◎主治医の指示にしたがって・・・食欲、体のだるさ、など体調をよく見てください。



家族内感染を防ぎましょう！