

かぜの予防対策（１）

- ◎ かぜやインフルエンザが、流行する季節になります。
学校は、子どもたちが集団生活をしているので、集団かぜがまん延しやすい環境でもあります。
そこで、学校では、子どもたちが、自らの健康を守るために好ましい生活習慣が身につくことをねらいとして、『かぜの予防』に関する保健指導や『病気の予防』についての保健学習などを行っています。
また、毎日の健康観察で、子どもたちの健康状態を把握するとともに、病気の早期発見に努めています。

※インフルエンザに関する詳しい情報は、呉市保健所のホームページで入手できます。

<http://www.city.kure.lg.jp/~sukoyaka/kkansen/index.html>

○ じょうぶな体づくり

- ・ バランスのとれた食事をとる。
- ・ 睡眠をしっかりとる。
- ・ 毎日、適度な運動を続ける。

+

○ かぜに負けない体にするには。。。

- ・ うがいや手洗いをする。
- ・ 人込みに出かける時は、マスクをする。
- ・ 予防接種を受ける。

○ 毎日の健康観察

学校では、子どもたちが、一日を生き生きと学習するために、朝の健康観察を大切にしています。



結果の判断（学校医の助言）

- ・ すぐ、医師の診察を受けた方がよい。
- ・ 家庭連絡し、帰宅させた方がよい。
- ・ 学校で、しばらく様子を見る。

※インフルエンザに罹患していることが疑われる場合

- ・ 早期に受診し、治療を受けることを勧めます。
- ・ 学校は、流行の予防のための対応を進めていきます。

インフルエンザ（インフルエンザ様疾患）と診断された場合

インフルエンザ（インフルエンザ様疾患）は、

出席停止

となります。
※詳細は、学校に相談してください。