



＜今月の保健目標：冬を健康に過ごす＞

平成26年12月 保健室

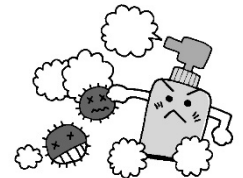
感染性胃腸炎に要注意！！

11月には、市内でも感染性胃腸炎の集団発生が確認されています。

本校でも、腹痛や気分不良などの体調不良がみられますので、予防に力を入れていきたいものです！

★予防のポイント★

- (1) 食品の衛生管理と十分な加熱調理
- (2) 手洗い（特に、調理前とトイレの後は丁寧に！）
- (3) 嘔吐物・便の適切な処理



※ 学校で嘔吐をし、衣服等が汚れた場合には、ハイター等の消毒洗浄剤を使って、ご家庭での単独洗浄を行ってください。（感染の拡大防止のため）

インフルエンザによる臨時休業が発生しています！

東京都では、すでに、インフルエンザの流行が始まったようですが、県内でも、インフルエンザによる臨時休業が発生しています。市内及び本校でも、インフルエンザの罹患が発生しています。

風邪様症状による早退・欠席も目立ち始めていますので、健康管理には十分気をつけましょう！

自分のために
みんなのために

カゼ インフルエンザ 協力して流行を防ごう



感染症予防の3原則

✓ バランスのとれた食事



✓ 適度な運動



✓ 予防接種

✓ 十分な睡眠



抵抗力を高める

感染経路の遮断

感染源の除去

手洗い

うがい

マスク

咳エチケット

患者の隔離

出席停止デマ

