

# かぜ・インフルエンザへの対応について

## 1 学校の対応

- 手洗い、教室の換気、給食時の衛生管理を徹底します
- 健康観察をしっかりします
- お茶うがいをすすめます

- ①家庭から、うがいのできる程度の温めのお茶（緑茶、紅茶、番茶などカテキンの含まれるもの）を水筒に入れ、各自持参する。
- ②学校では、担任の指示に従いうがいをする。
- ③水筒は毎日必ず持ち帰り、残ったお茶はその日のうちに処分し、翌日は新しいお茶を持ってくる。

## 2 ご家庭での対応

- 外出後は手洗い（石けんで泡立ててしっかり洗う）をする
- うがいをこまめにする
- マスクを着用する。（ウイルスが飛び散るのを防ぐ。のどを温めたり湿度を保ちウイルスが増えにくい状態になる）
- 咳エチケット（マスクをつけていない場合、咳やくしゃみが出る時はティッシュやハンカチ、自分の腕で鼻や口を押える）
- 人が多いところにはできるだけ行かない。
- 衣服の調節をする。
- 換気をこまめに行い、室内を適度な温度・湿度（50～60％）に保つ。
- 栄養のバランスを考えた食事をする。
- 予防接種をする。（13歳未満は2回の接種が勧められている）

## 3 欠席、出席停止に伴うお願い

- 毎朝、十分な健康観察をお願いします。
- 熱・かぜ・インフルエンザの症状があるときは、無理に登校させず、速やかに医師の診断を受けてください。
- インフルエンザは学校伝染病のため出席停止となります。医師の診断を受けた後、特にインフルエンザと診断された場合は学校にご連絡ください。

（Tel 35-5133）