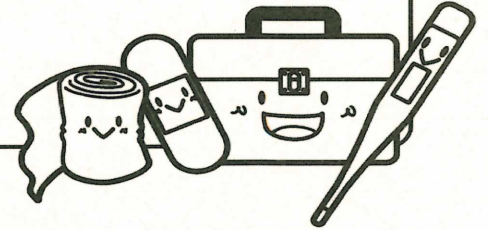




げんきのもと

岩美南小学校 保健だより
No.13 (H27.1.19)



かぜ・インフルエンザを予防しよう

鳥取県内に1月6日「インフルエンザ注意報」が発令され、14日にはついに「インフルエンザ警報」が発令されました。幸い、現在のところ本校の児童はインフルエンザの驚異からは逃れていますが、いつ流行がやってくるかわかりません。そこで、発育測定の間を利用し、学年ごとに「かぜ・インフルエンザを予防しよう」という話をしました。〇×クイズをしながら、以下のことについて確認しました。

<かぜ・インフルエンザを予防するために>

- ◆ 咳エチケット（マスクをする、ハンカチや腕で口を押さえる、顔を背ける 等）
- ◆ 手洗い・うがい（休憩・そうじのあと、食事の前、おうちに帰ったとき等）
- ◆ 体を冷やさない
- ◆ 空気の乾燥に気をつける（ぬれたタオル、洗濯物を干してもよい）
- ◆ 換気
- ◆ 「早ね・早起き・朝ごはん」の規則正しい生活リズム

『インフルエンザウイルスは
土の中にたくさんいる。』
〇か×か。

「×」だと思う！！
…たぶん。

正解は『×』です。
インフルエンザウイルスは、
空気中にたくさんいて、漂って
います。

くしゃみをする時、しぶきは
何m飛ぶでしょう。
測ってもらおう…答えは2m！
人にうつさないように
咳エチケットを心がけましょう。

普段からマスクをして予防
する人が増えました。
保護者のみな様、
マスクの準備、ありがとう
ございます。

