

**8・19厚生省発表 『新型インフルエンザ流行宣言』**  
しかし！慌てず今年の春に注意したことを思い返し、自身の生活管理を始めましょう。

## ★生活管理をしっかりと！！

- ①手洗い、うがい、アルコール消毒をこまめに行う。  
(特に今回の感染状況からみて、『手洗い』がかなり有効。石けんでの丁寧な手洗いが大切。)
- ②咳エチケットに心がけ、熱、咳、くしゃみ、鼻汁などの呼吸器症状がある場合はマスクを着用し、マスクのない時はティッシュ等で口、鼻を押さえる。  
『手』からの感染防止として、手で口や目、鼻を触らない(意識的に注意)。
- ③体調不良時は「検温」をする習慣をつける。
- ④部屋の換気をこまめにし、感染しにくい環境を確保する。
- ⑤クラブ中などのペットボトルの回し飲みは、感染の原因になるのでしないようにする。
- ⑥休養と栄養に注意し、免疫力を高めるようにする(感染しにくい身体作り)。
- ⑦出来るだけ人ごみを避ける(不要不急の外出は避ける)。

## ★早めの判断、対応が大事！！

今回の新型インフルエンザの特徴として・・・

38度以上の高熱、咳・咽頭痛・鼻汁・熱感などの急性呼吸器症状が主な症状。多くは突然の高熱で発症しているが、呼吸器症状や下痢等の腹部症状のあとに高熱が出る場合もある。

①インフルエンザ様症状の疑いがある場合は、早めに最寄りの医療機関を受診し、指示を受ける。「インフルエンザ、インフルエンザの疑い」と診断された場合は、医師の許可が出るまで登校は出来ない。また、インフルエンザにかかっている場合でも発熱等がある場合は、登校を自粛する。

②担任の先生と連絡を密にする。

調子が悪い場合や欠席する場合、また「インフルエンザ、インフルエンザの疑い」と診断された場合は、必ず、担任もしくは学校へ連絡をいれる。

### ■お知らせ■

- ・インフルエンザは、出席停止扱いとなりますが、医師からの「診断書」は必要ありません。  
登校再開後に学校所定の書類に記入押印し、担任へ提出してもらいます。
- ・喘息、腎炎などの基礎疾患がある場合は、特に注意し、疑わしいときは早めに受診してください。
- ・手洗いの際は、トイレの液体石けんを活用してください。
- ・感染防止のため、校舎内各箇所に消毒用アルコールを設置していますので、各部屋の先生に声をかけてから利用してください。

★消毒用アルコール設置場所：門衛所・事務室受付・講堂前・生物地学準備室内・高職員室内・高職員室前  
メディアフロアー・中職員室内・講師室内・音楽室内・美術室内・体育職員室内・保健室前