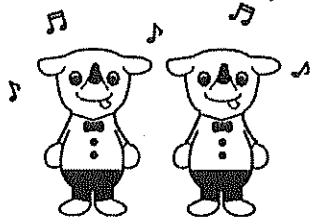


いほけんだよ!

H25年11月
我孫子中学校
保健室



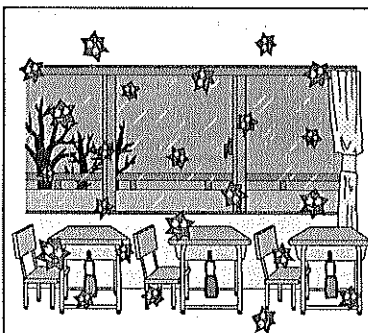
「芸術の秋」・「スポーツの秋」・「食欲の秋」・・・みなさんにとって秋はどんな季節でしょう？保健室では、各クラスから響いてくる歌声を聴きながら、秋を感じています。



涼しい風が吹くようになり、この時期からインフルエンザや感染性胃腸炎が流行り始めてきます。「手洗いうがい・咳エチケット」を習慣として身につけていくように心がけましょう。また、合わせて「換気」を行うことも忘れないようにしましょう。

11月9日はいい空気の日

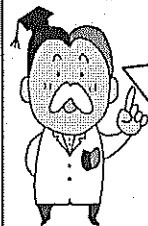
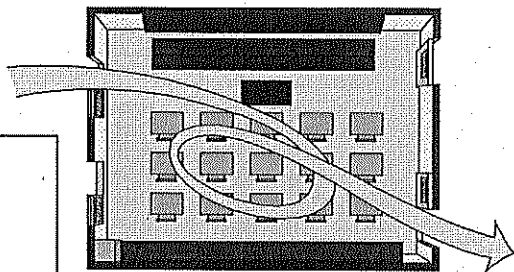
これからの季節、風が冷たくなっていくので、ついつい閉めがちになってしまうドアと窓！
でも、閉めきった教室は汚れた空気でいっぱい・・・。



- ☆人が1分間に呼吸する回数：約15回
- ☆1回の呼吸で約500mlの空気を吸い込み、吐き出す
(1分間に500mlペットボトル15本分)
- ☆授業時間は50分

375,000ml (500mlペットボトル750本分)

これだけの汚れた空気が教室に溜まっていきます。



換気のポイント
空気の流れる道
を作ってあげると効果的!!

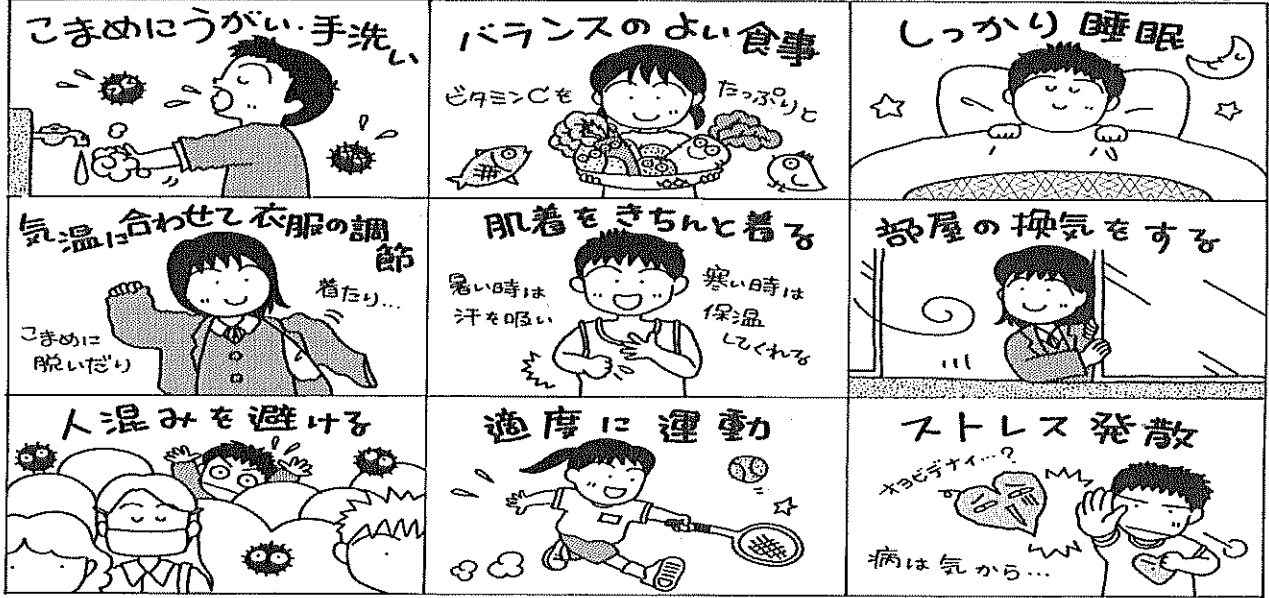
☆休み時間ごとに窓を開けましょう!! ☆

保健委員会から

新しく保健委員長になった2年生組の相澤早紀です。全校のみなさんが健康でいられるために委員会全体で協力して今よりも良い保健委員会にしたいです。今月は風邪をひく人が増えてくるので「手洗いうがいや換気、ハンカチを持ってくるなど」して、風邪をひかないようにしましょう。



インフルエンザの予防を心がけ、流行を阻止しよう!



保護者の方へ

昨年度よりインフルエンザによる出席停止期間の変更がありました。再度ご確認をお願いいたします。

改正前：解熱後2日を経過するまで
 改正後：**発症した後5日を経過し、かつ解熱した後2日を経過するまで**

	発症日 (0日目)	発症後 1日	発症後 2日	発症後 3日	発症後 4日	発症後 5日	発症した後5日を経過		
							発症後6日	発症後7日	発症後8日
例1 発症後1日目に解熱した場合	発熱	解熱	解熱後1日	解熱後2日	解熱した後2日を経過		出席停止 / 登校可		
例2 発症後2日目に解熱した場合	発熱		解熱	解熱後1日	解熱後2日	解熱した後2日を経過		出席停止 / 登校可	
例3 発症後3日目に解熱した場合	発熱			解熱	解熱後1日	解熱後2日	出席停止 / 登校可		
例4 発症後4日目に解熱した場合	発熱				解熱	解熱後1日	解熱後2日	出席停止 / 登校可	
例5 発症後5日目に解熱した場合	発熱					解熱	解熱後1日	解熱後2日	解熱した後2日を経過 / 登校可

*その後は、解熱した日によって出席停止日が延期されていきます

☆出席停止期間より早く登校された場合は、学校より確認のお電話をさせていただきます。

ご不明な点がございましたら、保健室までご連絡をお願いいたします。

養護教諭 武藤 雅枝・根岸 亜希子 04-7182-5191

