



令和6年度 鴨島小学校 保健室

★1月の保健目標：感染症を予防しよう。冬を健康に過ごそう。

あけましておめでとうございます。2025年、新しい年の幕開けです。3学期は、今年度の締めくくりと同時に、1～5年生は新しい学年、6年生は新たな門出に向けての準備期間でもあります。自分自身をしっかりと見つめて悔いのない1歩を踏み出すことができるよう、頑張りたいと思います。そのためには、体調管理を行い、健康であることが第一です。感染症対策に気を付けて、この1年を健康に過ごせるようにしましょう☆

徳島県の感染症情報について

1月8日、徳島県は、県内に「インフルエンザ警報」を発令しました。県によると、2024年12月23日から29日までの1週間に病院で確認されたインフルエンザの感染者数が前の週の約2倍となり、1999年の調査開始以来、過去最多となっています。手洗いや咳エチケット、換気などの対策をしっかりとしましょう！

- ◎インフルエンザ：県内全ての保健所管内で、警報レベルを超えています。
- ◎新型コロナウイルス感染症：病院で確認された感染者数が、前の週の1.2倍となっています。

2 定点把握対象疾患の発生状況 <インフルエンザ定点>

【週報：2024年52週 12/23～12/29】

今週	前週	2週間前	保健所別(数値は1定点医療機関あたりの報告数、矢印は前週からの増減)
55.35	28.78	13.35	徳島 65.60 (↑) 阿南 48.75 (↑) 美波 42.00 (↑) 吉野川 34.20 (↑) 美馬 43.33 (↑) 三好 52.00 (↑)

<新型コロナウイルス感染症定点>

今週	前週	2週間前	保健所別(数値は1定点医療機関あたりの報告数、矢印は前週からの増減)
8.03	6.65	3.27	徳島 9.10 (↑) 阿南 6.00 (↑) 美波 8.00 (↑) 吉野川 7.40 (↑) 美馬 5.00 (↑) 三好 7.67 (↑)

【徳島県感染症発生動向調査情報より引用】

マスクの効果と使い方 (不織布マスクの場合)

不織布マスクは、かぜやインフルエンザにかかったときに、細菌やウイルスをふくんだ飛まつ(くしゃみなどをしたときに飛ぶつばのしぶき)が飛び散って、ほかの人の体に入るのを防ぎます。また、のどをかんそうから守り、花粉などを吸いこむのも防ぎます。

マスクのつけ方



清潔な手でマスクを鼻と口に当て、あごまで広げる。



針金を鼻の形に合わせて、すき間が空かないようにする。



ゴムひもをしっかりと耳にかけて、位置を調整する。

マスクの外し方



顔をおおっている部分にふれずに、片方のゴムひもを外す。



同じようにして、もう片方のゴムひもを外す。



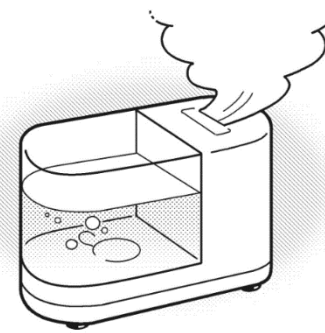
顔をおおった部分にふれないようにして、捨てる。

© 少年写真新聞社 2024

◆部屋のかんそうに注意しよう◆

インフルエンザなどの原因となるウイルスは、かんそうに強い性質があります。また、鼻やのどがかんそうすると、ウイルスや細菌から体を守る働きが弱まります。

加湿器などを使って、部屋のしつ度を40～60パーセントに保ちましょう。



© 少年写真新聞社 2024