



県内ではインフルエンザが流行しはじめています。幸いにも、本校では、全学年に若干名の罹患がありますが、大流行には至っていません。今後も、予防の継続に努めてほしいと思います。

県内でインフルエンザが流行しつつあります!

- 一人一人の取り組みによる感染予防・感染拡大防止への協力が求められています。
 - ・こまめな手洗いを心がけましょう。アルコールによる手指の消毒も効果的です。
 - ・睡眠を十分に取り、栄養に気をつけましょう。
 - ・咳やくしゃみなどの症状がある場合は、咳エチケットを心がけましょう。
 - ・インフルエンザ様症状がある場合はマスクを着用して早めに医療機関を受診し、医師の指示に従い治療しましょう。

【参考】鳥取県のインフルエンザ対策（鳥取県福祉保健部）<http://www.pref.tottori.lg.jp/influ/>

○校内では、教室の換気、手洗い&手指アルコール消毒を促しています。

「感染症予防プロジェクト」として、「睡眠6時間確保・朝食100%摂食・マスク持参」を呼びかけています。規則正しい生活習慣を心がけることで自己免疫力をあげて、自己管理していくことを今年も実行していきましょう。

○疑わしい時は、医療機関へ受診をしてください。

学校保健安全法におけるインフルエンザの出席停止期間は、

「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」となっています。

なお、出席停止日数の数え方は、発症（発熱）日を0日として考えます。

※ 出席停止用紙は、西高ホームページの「保健室より」からダウンロードして活用してください。

こまめな換気で、インフルエンザを予防しよう!

1月17日に、学校薬剤師の大村匡由先生に来ていただき、教室内の空気検査等を行いました。教室内の二酸化炭素濃度基準値は0.15%以下です。ほとんどのクラスでは、「基準値内」でした。校舎改築で気密性がよくなっている分、換気を意識的に行っていることが分かる結果でした。

【大村学校薬剤師より、指導助言をいただきました。】



- ▼空気検査：インフルエンザの流行時期に合わせて行っています。今回、基準値を超えている教室は少なかったです。どの教室も欄間を開けて換気を行っていることが確認できました。耐震工事後、建物の気密性が高くなっています。積極的な窓やドアの開閉により換気を行うようにしてください。
- ▼照度検査：基準値内です。明る過ぎるときは、カーテンで調節してください。
- ▼騒音検査：基準値内です。特に問題はありません。