

9月

ほけんだより

市川市立真間小学校

A型インフルエンザ、百日咳 に注意

連日蒸し暑い日が続いていましたが、やっと朝晩が涼しくなりました。吹く風もどことなく秋の気配を感じます。9月から元気に登校していた子どもたちでしたが、ここにきて体調を崩す子が増え始めました。朝から頭が痛い、何となく気持ちが悪い、熱っぽいと言って保健室に来る子が増えています。今年はすでに、市内の小学校でA型インフルエンザによる学級閉鎖がありました。都内でもA型インフルエンザによる学級閉鎖が増え始めているため、熱が出た時には注意をしてください。また、風邪症状の後、なかなか咳が止まらないといったRSウイルスや百日咳も全国的に流行しているようです。真間小では、これらの感染症にかかった児童はいませんが、9月になって水痘、溶連菌感染症、手足口病がでています。今年は、本当に色々な感染症が流行しています。寒暖差が大きく、疲れやすい時期です。疲れを残さないよう規則正しい生活を心がけてください。



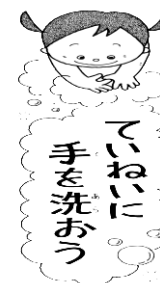
トイレの後、給食の前、手を洗ってますか？

保健委員会でハンカチ、ティッシュの持ち物検査をした時、拭くハンカチがないから手を洗っていないといった人が何人かいました。そこで、もう一度手洗いの大切さを知ってほしいと、保健委員会でパンを使った手洗い実験をして展示しました。夏休み前、保健室に展示しましたが、皆さんは見ましたか？汚れたままの手で触ったパンは、触ったところが日に日に黒くかびていき、石鹸で洗った手のパンは、2週間たってもかびませんでした。手洗いは、命を守る習慣です。トイレの後や給食の前には、石鹸で手を洗いましょう。

せっけんであらて
石鹸で洗った手



よごれたままの手



ハンカチ、ティッシュ持っていますか？

手を洗っても拭くハンカチが無い。そんな残念な結果が今回、保健委員会の調査でわかりました。6月に2回、9月に1回、ハンカチ、ティッシュを持ってきているか抜き打ちで調査をしました。調査の結果は、3回とも110人もの人がハンカチ、ティッシュを持ってきていませんでした。低学年よりも高学年に持ってきていない人が多く、特に6年生が多いといった残念な結果になってしまいました。手を洗ったらハンカチで拭く。ズボンや服で拭いては、手洗いの意味がありません。毎日、忘れずにハンカチ、ティッシュを持ってきましょう。



手洗いの時間と回数による効果

手洗い方法	残留ウイルス数
手洗いなし	約 1,000,000 個
流水で 15 秒手洗い	約 1,000 個
ハンドソープで 10 秒もみ洗い後、流水で 15 秒すすぎ	数百個
ハンドソープで 60 秒もみ洗い後、流水で 15 秒すすぎ	数十個
ハンドソープで 10 秒もみ洗い後、流水で 15 秒すすぎを 2 回	約数個