

平成 31 年 1 月 16 日

保護者各位

中村学園三陽中学校
中村学園三陽高等学校
校長 梶原 美隆

インフルエンザの流行を防ぐために

保護者の皆様におかれましては、益々ご健勝のことと存じます。

さて、年が明けて猛威を振るうインフルエンザ。本校でも、インフルエンザに罹患した生徒が増えています。高校 2 年生におきましては、本日より学年閉鎖となりました。

インフルエンザは、適切な予防をすれば防ぐことができます。ご家庭でも予防対策を参考に周知徹底をお願いいたします。

インフルエンザの感染経路

インフルエンザは、感染した患者のせきやくしゃみなどで飛び散ったつば（飛沫）と一緒に放出されたウイルスを吸い込んだりして感染（飛沫感染）することが主な感染経路と考えられています。

吐き出されたウイルスが飛沫核という微粒子の状態になると、ホコリとともにともに空気中に浮遊し、それを吸い込むことによって感染（空気感染）する可能性もあります。

ウイルスが付着した物にさわったり、その手で口や鼻、目の周りなどに触れると感染（接触感染）する可能性もあります。

インフルエンザの予防対策

- 流行期間中に繁華街などの人ごみへの外出を控えましょう。
- せきエチケットを心がけましょう。
- 外出後のうがいや手洗いを日常的に行いましょう。
- 十分に栄養や睡眠をとり、体力や抵抗力を高め、体調管理をしましょう。
- 加湿器などで空気の乾燥を防ぐことや部屋の換気も大切です。

「せきエチケット」とは？

※せきやくしゃみの際には、ティッシュなどで口と鼻を押さえ、周りのヒトから顔をそむけましょう。

※使用後のティッシュはフタ付きのゴミ箱に捨てましょう。

※熱、せき、くしゃみなどの症状がある人は正しくマスクを着用し、感染防止に努めましょう。

※マスクは、一般の薬局で市販されている、ウイルスの飛散を防止する効果の高い「不織布（ふしょくふ）」製のものを使うことをお勧めします。