



2024年が終わろうとしています。12月になってもまだ暖かい日がありますが、気候の変化とともに、気になるのが、感染症の流行です。厚生労働省は11月8日、インフルエンザが全国的な流行期に入ったと発表があり、藤沢市内でも学級閉鎖がいくつかの学校で行われています。また、明治中では、12月2日にマイコプラズマ感染症と体調不良で1クラス学級閉鎖をしました。

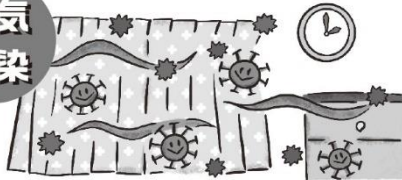
感染症対策の基本は手洗いです。こまめに手を洗いましょう。
今日は何回手を洗ったかな？

ウイルス どこから来るの？

風邪などの原因になるウイルスはみなさんの体の中に、3つの方法で侵入してきます。

ウイルスを体によせつけないためには、換気、手洗い、マスクが有効です。
こまめに行って、ウイルスを追い払いましょう。

空気 感染



窓をしめきった部屋の空気中にはウイルスがたくさんただよっています。その空気を吸い込むと体にウイルスが入ってきます。

換気が有効

接触 感染



ドアノブなどたくさんの人が使う場所についていることが多いです。そこをさわった手で、口や鼻などを触ると体に入ってきます。

手洗い・消毒が有効

飛沫 感染



感染した人がせきやくしゃみなどをしたとき、つばと一緒にウイルスが飛び散ります。それを他の人が吸い込むと体に入ってきます。

マスクが有効

インフルエンザ・コロナの出席停止期間



インフルエンザやコロナの出席停止期間（欠席にならない期間）が法律で決められています。

インフルエンザもコロナも

発症日（症状が現れた日）を0日と数えて、5日間です。

※インフルエンザは かつ解熱後2日を経過するまで

※コロナは

かつ症状が軽快した後1日を経過するまで



もし、かかってしまっても



まずはしっかり休養。
処方されたお薬を
しっかり飲みましょう。



熱が下がってすぐに
登校はNGです。
解熱、症状が軽快した日
を確認して数えましょう。

今、流行しているマイコプラズマ感染症も出席停止になります。

症状が改善し、全身状態が良くなったら登校可能と決められています。

SNSの使い方を考えよう…注意すべきこと

冬休みがはじまると、いつもより携帯電話を見れる・触れる時間が増えますね。みなさんがよく目にしているSNS。先日、オーストラリアで16歳未満の子供のSNS利用を禁止する法案が可決されたというニュースがありました。日常生活や心の健康に悪影響がでることへの懸念があるようです。

SNSも使い方を間違うと困ったことになります。



SNSで知り合った人に会う

あなたは冗談のつもりでも、相手を傷つけたり、警察を巻き込むようなトラブルにつながることもあるかもしれません。

相手はあなたに信じてもらえるようにさまざまな話をしますが、年齢や性別を偽っているかもしれません。トラブルに巻き込まれることもあるかもしれないので、一人で会いに行くのは危険です。



悪口を書き込む



自分の写真をUPする

知らない人が見て、個人や家を特定して、犯罪に巻き込まれることもあるようです。自分の写真はもちろんですが、友達や知り合いの写真なども勝手にUPすることはトラブルのもとになります。