

# インフルエンザ罹患が続いています

## ～インフルエンザ感染予防をこころがけてください～

今年全国的に寒い日が続き、インフルエンザの感染が心配されていましたが、とうとう本校でもインフルエンザが猛威をふるって来ました。先週から、5年生、2年生、4年生が学級閉鎖となり、今週は、1年生、3年生が閉鎖となりました。(1/30現在)2週続けて、児童の半数がいない状態が続いています。国立感染症研究所によると、1月21日までの1週間に全国の医療機関から報告された患者の数は1医療機関あたり51.93人となり、調査を開始した1999年以来、最多人数になったとのことです。1週間の患者数は、全国で約283万人で、前の週から112万人も増えた異常事態とのことです。学校でも、うがい、手洗い、加湿等対策を行っていますが、できるだけインフルエンザに罹患しないように、ご家庭でも心がけてみてください。(インフルエンザ豆知識ごらんください)

### インフルエンザ豆知識

○ どうやって感染するのか？

#### 飛沫感染

感染者のくしゃみや咳、つばなどの飛沫と一緒にウイルスが放出されます。別の人があるウイルスを口や鼻から吸い込むことで感染すると言われています。

#### 接触感染

感染者がくしゃみや咳を手で押さえると、その手で周りの物に触れて、ウイルスが付く場合があります。別の人がある物に触ってウイルスが手に付着し、その手で口や鼻を触って粘膜から感染すると言われています。

インフルエンザを予防するためには、こうした飛沫感染、接触感染といった感染経路を絶つことが重要です。

○ インフルエンザから身を守るためには？

(1) 正しい手洗い

私たちは毎日、様々なものに触れていますが、それらに触れることにより、自分の手にもウイルスが付着している可能性があります。

ウイルスの体内侵入を防ぐため以下のことを心がけましょう

- ・ 外出先から帰宅時や調理の前後、食事前などこまめに手を洗う
- ・ ウイルスは石けんに弱いので、石けんを使って手を洗う。

(2) 日常の健康管理

インフルエンザは免疫力が弱っていると、感染しやすくなりますし、感染したときに症状が重くなってしまうおそれがあります。ふだんから、十分な睡眠とバランスのよい食事を心がけ、免疫力を高めておきましょう。

(3) 予防接種を受ける

インフルエンザを発病した後、多くの方は1週間程度で回復しますが、中には肺炎や脳症等の重い合併症が現れ、重症化してしまう方もいます。インフルエンザワクチンを打つことで、発病の可能性を減らすことができ、また最も大きな効果として、重症化を予防することが期待できます

※ワクチンを打っていてもインフルエンザにかかる場合があります。

(4) 適度な湿度を保つ

空気が乾燥すると、のどの粘膜の防御機能が低下します。乾燥しやすい室内では加湿器などを使って、適切な湿度(50%~60%)を保つことも効果的です。

(5) 人混みや繁華街への外出を控える

インフルエンザが流行してきたら、不要不急のときはなるべく、人混みや繁華街への外出を控えましょう。

## 2月の主な行事

(詳細については、学校までお問い合わせください)

2月	2日	(金)	節分集会
2月	9日	(金)	スキー教室(全学年)・PTA新年会
2月	15日	(木)	新入生保護者説明会
2月	21日	(水)	縄跳び大会(下学年)
2月	22日	(木)	縄跳び大会(上学年)
2月	23日	(金)	6年授業参観・保護者会

**正門前の松に雪が積もっています！！**

今年も、松の木の上に雪が積もったままの状態です。子どもたちには木の下を歩かないように指導しましたが、来校の際には、十分ご注意ください。

## 1月の学校生活から



### 1年生 だんごさしをしました

1月15日(月)に、1年生がだんごさしを行いました。小正月の行事である団子さしは知っていても、だんごの粉を練るところから飾り付けは初めてという子どもたちもいましたが、用務員さんにも手伝ってもらい、きれいに飾りつけることができました。



### 3年生 郷土民俗館見学

1月25日(木)に、3年生が喜多方市郷土民俗館(市図書館3階)を見学しました。社会科(かわってきた人々の暮らし)の見学学習でしたが、資料館にあるたくさんの展示物(昔のアイロンや米作りの道具等)にみんなびっくりの様子でした。



### 3年生 こづゆづくりに挑戦

1月18日(木)に、3年生がこづゆづくりに挑戦しました。当日は、喜多方市食生活改善委員の方々に来校していただき、会津の郷土料理作りに取り組みました。総合学習で学んできた「ふるさとの食べ物を調べよう」のまとめにふさわしく、材料の皮むきから味付けまで取り組み、おいしいこづゆを作ることができました。

### 5年生がチャレンジ手作り弁当に挑みました。 1月17日(水)



<チャレンジ弁当の感想～保護者の皆さまから～>

- 前日から下準備をして、朝の作業が少しスムーズに進むようにしました。ハンバーグも卵焼きも多少見た目はくずれてしまいましたが、とてもおしくできました。最近は、夕食の手伝いもしてくれるようになり、料理を楽しんでいるようです。
- 3回目のチャレンジ弁当という今回は、あまり手を出さずにいようと決め、野菜の切り方など見本だけを切り、あとは、自分で作らせました。なかなか時間はかかりましたが、ほぼ一人で作ることができました。後片付け、米とぎまで一人でやり切り、成長を感じることができ、大事な時間だったと思います。
- 朝起きるのに時間がかかります。動き出すのが遅くなり、ついについてを出さずにはいられませんでした。前日までは、お弁当の内容を考えて気持ちは十分なのですが・・・でも、毎回チャレンジする気持ちは楽しみのようです。
- 朝、寒いため、なかなか起きられず・・・なんとか登校時間には間に合いました。親の分の弁当作りもお願いしたいところでしたが、できませんでした。