



インフルエンザ速報

今週はインフルエンザや発熱による欠席者が増加し、学校閉鎖となりました。今日から学校は再開しましたが、まだまだ気を緩めてはいけません。インフルエンザはかぜとは違い、感染力が強いです。急な発熱(38℃以上)や咳やのどの痛み、倦怠感などインフルエンザの疑いがある場合は医療機関への受診をお願いします。インフルエンザと診断された場合は、学校までお知らせください。

保護者の皆様からは引き続き、毎朝の健康観察をお願いします。微熱や体調不良を訴えている場合は、無理に登校させず、ゆっくりと休養させてください。学校でも感染予防に努めますので、ご協力をお願いします。

<お願い>

感染の拡大防止のため、登校時からマスクの着用をお願いします。しばらくの間、給食とは別のマスクを毎日着用させてください。



伊米小のみんなが

今できる予防法は？

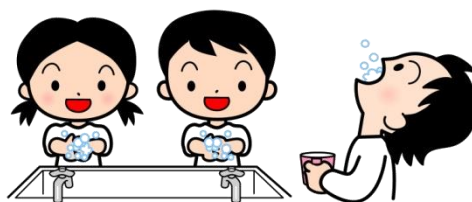
- ①こまめに手洗い・うがいをする。

登校後、休み時間後、給食の前、トイレの後など、こまめに手洗い・うがいをしましょう。

- ②空気の入れ換えをする。適度な温度・湿度を保つ。

ウイルスは乾燥した空間が大好きです。

窓を開けて、きれいな空気にしましょう。



- ③人混みをさける。(この土、日の過ごし方が大切です)

外出をするときは、人混みを避けましょう。

また、マスクを着用しましょう。



- ④体調管理に気をつける。

早寝早起き・バランスの良い食事・運動をし、規則正しい生活をしましょう。

- ⑤咳エチケットを守る。

咳やくしゃみが出るときは、つばを飛ばさないためにマスクをしましょう。

みみ 耳そじのときに ちゅうい 注意 したいこと

私たちの耳には、もともと自分で掃除する仕組みがあります。そのため、耳垢は外に出てきたものを優しくふき取るくらいで十分だと言われています。

もし奥まで耳掃除をすると、自然に出てこようとしている耳垢を押し込むことになり、かえって耳垢が溜まりやすくなります。

また、耳掃除をしすぎると、耳の中につながっている「外耳道」や音を聞くために必要な「鼓膜」を傷つけてしまう恐れがあります。

耳掃除をする時は、次のことに気をつけましょう。

- 優しく耳垢をぬぐう（力を入れ過ぎない）
- 耳かきや綿棒を入れるのは、耳の穴から1 cm ぐらいまでにする（奥まで入れ過ぎない）
- 耳の中がカサカサしたり、耳垢が気になったりしたら、耳鼻科のお医者さんに取ってもらう
- 耳掃除をし過ぎない（1 か月に1～2回ぐらい）



みみ 耳のミニクイズ

Q1 耳の働きは次のうちどれでしょう（答えは1つとは限りません）。

- ① 音を伝えたり、聞き分けたりする働き
- ② 体のバランスを知る働き
- ③ メガネやマスクをかけやすくする働き



Q2 人間とネコ、耳がよく聞こえるのはどっち？

- ① 人間の方がよく聞こえる
- ② ネコの方がよく聞こえる
- ③ 人間もネコも同じくらいよく聞こえる

答え

A1 ①②

耳には、音を伝えたり、聞き分けたりする働きの他、耳の中にある「三半規管」を使って、体や頭の傾きの状態を知る働きがあります。

A2 ②

ネコは人間よりも4～5倍も広い範囲の高い音を聞いています。