

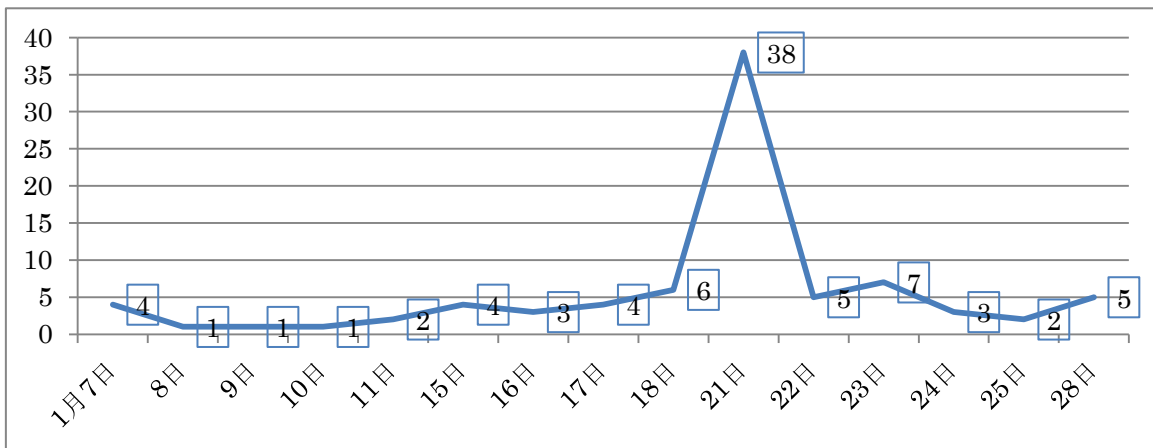
インフルエンザ警報レベルに！

H31. 1. 28 現在 北杜高校 保健室

県内全域にインフルエンザ警報が出ています。今後更に感染が広がる恐れがありそうです。

本校のインフルエンザの状況は、1月21～23日までの3日間、1年6組を学級閉鎖にした後は全体の数が減りました。しかし、新規に感染する人が毎日5人ほど出ている状況で、まだまだ油断はできません。引き続き感染予防に努めましょう！

本校のインフルエンザ新規罹患患者数 人



感染防止のために

調子が悪いと思ったらまず体温をはかろう！

朝から体温が37.5度以上ある場合は受診してください。

(発熱しはじめる時はインフルエンザウイルスが体の中で増殖している時です。感染力が強いので、無理をして登校すると多くの人に感染を広げてしまいます。)



予防の基本は手洗い、うがい、マスク、寝不足をしない

体を冷やさない

体が冷えると血行が悪くなり免疫力が低下します。朝食を食べる、お腹と首回り、足首を温める。(夏と同じ下着のままでは体が冷えきってしまいます)



人混みにはなるべく行かない。

(ショッピングセンター、カラオケ、コンサートなど)

部活動内での感染の危険があれば練習は中止する。