

平成26年2月3日

保護者様

日光市立大室小学校

### 感染症予防についてのお願い

厳寒の候、保護者の皆様にはますます御健勝のこととお喜び申し上げます。また、日ごろより本校の教育活動に御協力と御理解をいただき感謝申し上げます。

さて、インフルエンザや感染性胃腸炎（ノロウイルス等）の流行が心配されるこの時期、近隣校でも学級閉鎖が出始めており注意が必要です。

予防のためにはうがい・手洗いを励行し、ウイルスを体の中に入れないことが大切です。学校では水筒持参でのうがいの励行や、石けんをポンプ式のものに変えたり、手指消毒の徹底を呼びかけたりしているところです。御家庭でも是非下記の点に注意して、予防への御協力を今まで以上によりしくお願いいたします。

#### 記

##### 1 手洗いについて

###### ○手洗いのタイミング

- ・食事の前、食品を取り扱うとき、帰宅時、トイレの後、咳やくしゃみを手で押さえた後には必ず手を洗いましょう。

###### ○手の洗い方について

- ・裏面を参考にして、手のきれいな洗い方をマスターしましょう。
- ・**指の間や手首まできれいに洗うのがポイントです。**

##### 2 うがいについて

- ・のどの奥についた細菌やウイルスは20分くらいで体内に入り込むと言われています。こまめなうがいが効果的です。
- ・うがいをする事でのどの湿度が保たれ、のどの奥にある絨毛（体内に異物が入り込むのを防ぐ働きがある）がしっかり働くことができます。
- ・**まず「ぶくぶく」と口の中をすすぎ、その後「がらがら」とのどの奥までうがいをするのがポイントです。**

##### 3 マスクについて

###### ○マスクの効果について

- ・口や鼻に直接手が触れない、のどの乾燥を防ぐ、自分の咳やくしゃみが周りに飛び散るのを防ぐ等の効果があります。

###### ○正しいマスクの付け方

- ・口と鼻を覆い顔とマスクの間に隙間ができないように付けましょう。
- ・付けている間はなるべく手でマスクに触らないようにしましょう。
- ・使用したマスクに触った時は手を洗いましょう。
- ・使用後はゴムの部分を持って外し、ビニール袋に入れるか蓋付きのゴミ箱に捨てましょう。