



栃木県内・県南地域での流行は「注意報レベル」です。

現在、全国のインフルエンザの流行状況は、0～9歳を除く年齢層では「注意報レベル」の地域がほとんどとなっています。今のところ、警報レベルには達していません。（裏面のグラフ参照）

さて町内の様子では、インフルエンザの児童・生徒が数名見られます。先週は6人前後であった人数が、今週は10人台に突入しています。以前に比べて人数こそ少ないですが、注意報レベルの年齢層が集まる小学校においては油断できません。本校でも、数名の欠席者や体調不良による早退者がいる状態です。今後の動向にも注意を払うようお願いします。

インフルエンザの予防対策として



感染の基本

感染の成立は次の3要素が必須

感染源

感染経路

被感染者

ウイルスの量や
感染力

ドアノブなど物への
付着
空気中での浮遊物

被感染者の免疫力
栄養・休養状態



一つの要素では感染しません

- ①感染源に近付かない。
- ②感染経路を絶つ。
- ③規則正しい生活で免疫力を高める。
などで、ウイルスを寄せ付けない生活を心がけましょう。

「健康管理の主役は自分自身」



日頃から十分な休養を！

体力が落ちているときは、免疫力が落ちています。ウイルスが侵入するタイミングをねらっています。

冬休み中の生活でも課題であった「就寝時刻」を見直してみましょ。この時期は、意識して早く布団に入ってほしいです。

流行しているときには、

不要・不急の外出は避ける！

人混みには、ウイルスがたくさん存在し感染する可能性が高いです。

人混みに出かけ感染してくる場合もあります。必要ない外出や急がない外出は、控えます。また、どうしても外出が必要な場合には、必ずマスクを着用して出かけるなど予防に心掛けましょ。

手洗い・うがいの徹底を！そして水分補給も！

外出先から帰った時や食事の前はもちろん、普段の生活から手洗い・うがいの習慣を付けましょ。少し、いい加減になっている人もいます。また、水分補給も心掛けましょ。



湿度にも注目！

乾燥時は、インフルエンザウイルスが活発化します。加湿器やボトルタイプ噴霧器などで湿度を保ちましょ。

「咳エチケット」で
相手への配慮と自分の予防を！



体調不良の場合や咳が出ている場合、または、インフルエンザ発症の家族がいる場合には、症状がなくてもマスク着用をお願いします。また、マスクはランドセルに常備させてください。

学校では、感染症対策を必要に応じて行います。先週・今週は、欠席や出席停止がおらず対策を講じずすみません。しかし、油断大敵です。4年ほど前は3月になってから流行が始まり、卒業に向けての行事で配慮を要することとなりました。

- ・マスクの効果は、「自分がウイルスを吸い込まないこと・他人への感染を防ぐこと」などがあります。ウイルスは非常に小さく、マスクのみで感染を防ぐことはできません。しかし、全く効果がない訳ではありません。息でのどが潤い乾燥を防ぐことにより、粘膜にウイルスを付きにくくさせる効果があります。

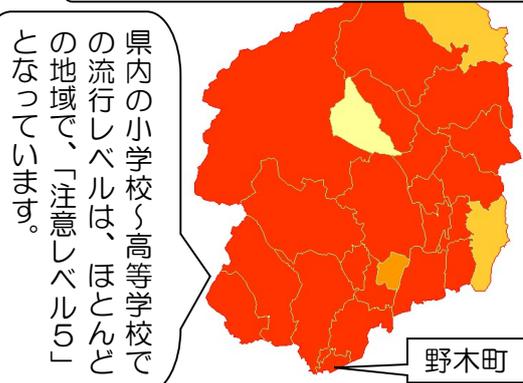
【 学校等・感染症情報収集システムから 】

(1/22の資料から)

町内のインフルエンザの感染状況



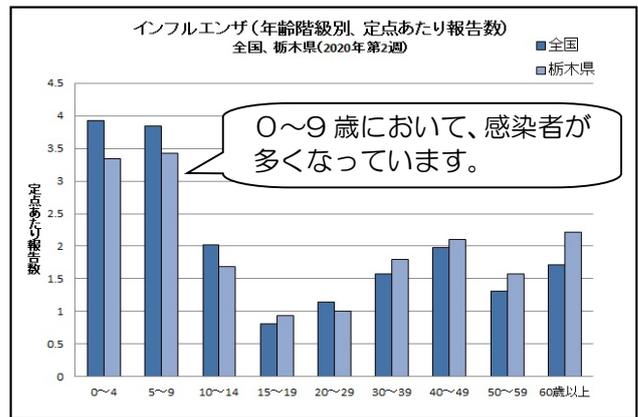
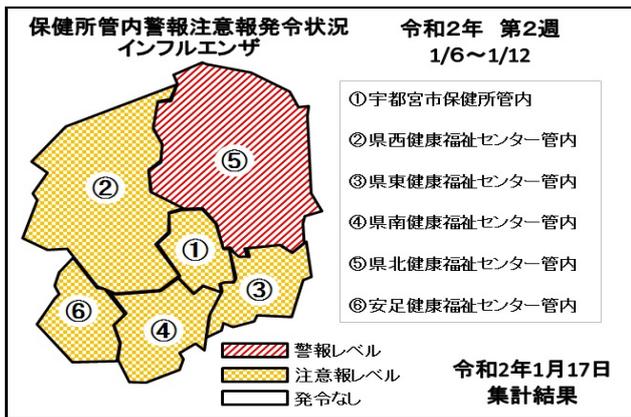
県内のインフルエンザの感染状況



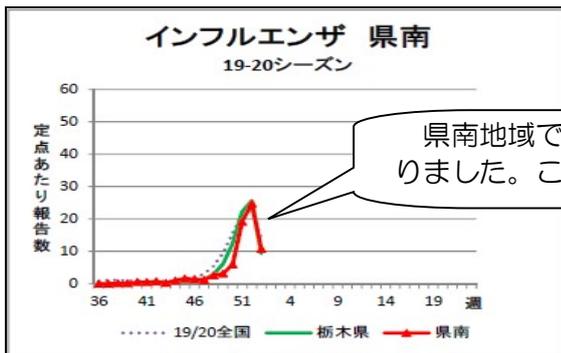
町全体の出席停止者は、10人台で横ばいです。学区別で見ると、二中学区での増加が見られます。「注意レベル5」(高レベル)となっています。今後の感染拡大が心配されます。

【 栃木県感染症情報センターから 】 (1/22の資料から)

栃木県内のインフルエンザ感染者(0歳から65歳以上)は、昨年度や11月中旬頃に比べ、比較的落ち着いているようです。



【 県南健康センター情報から 】 県南健康センター地域



〔 小山市・野木町・上三川町・下野市が該当地域の0歳から65歳以上の感染者数です。〕

水痘の感染者が例年になく急増中です。当初、県北部での流行でしたが、県東部から県西部まで拡がり「注意レベル」の地域が増えました。特に、乳幼児のお子さんがあるご家庭の方は、ご注意ください。

【 その他の県内の感染症情報 】

