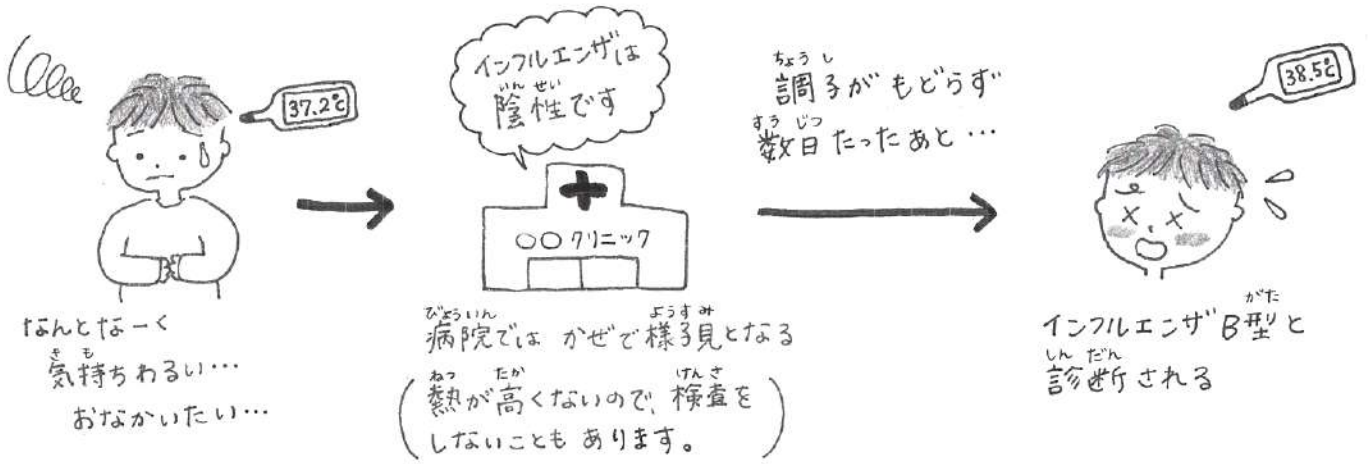
ほけんだより

2026.2.18
若草小学校
ほけんしつより

～ 本校の かぜ・インフルエンザ の 様子 ～



こんな人たちも います。

市内で インフルエンザB型が 大流行していて、学級閉鎖も たくさん行われています。本校は 流行の ピークは 過ぎたようですが、まだまだ 欠席している人が たくさん います。「朝から調子が あまりよく なかった」「昨日 熱があった」「じつは昨日の夜 吐いた」などと言って早退を する人も 多く、そこから クラスへ 感染が 広がっていく 様子も 見られます。

インフルエンザの検査は、タイミングによって結果が変わり、精度も 100%では ありません。大切なのは インフルエンザで あっても なくても、具合の悪いときには 無理を せず ゆっくり休むこと です。今の クラスで 過ごせるのも 残り あと少しです。元気に みんなが そろう日が くることを 願っています！

登校できる めやす チェック

- □ 完全に熱が下がっている (一日を通して平熱である)

※ インフルエンザは解熱後2日を すぎるまで

- □ いつもどおりの 食事が できる

- □ 学校で活動できる 元気がある

吐いてしまったときの

汚れた衣類の洗い方

今シーズンのB型インフルエンザは胃腸に症状が出ることが多く、吐いてしまうことがあります。
看病しながらの処理はとても大変ですが、少しでも役に立つように家庭での処理方法を紹介します。

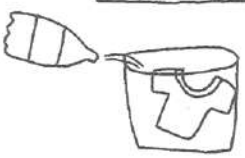
準備するもの

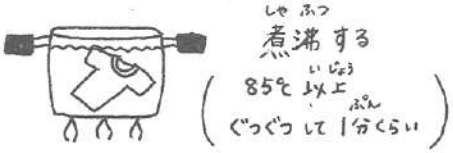
①予洗いする

取り除ける汚れはペーパータオルなどで取れるだけ取る。
ゴミは袋に入れて、きつくしばって封をして捨てる。
そのあと、バケツなどでしずかにもみ洗いをする。

洗剤を使ってもOKです!

②消毒する





③洗濯する

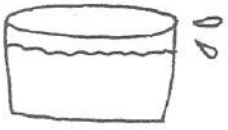
消毒後は洗濯機で洗ってOK! 乾燥機もあれば、熱くなるのでさらにgood!

カーペットやクッションなど

漂白できない物や大きくて煮沸できない物は…

熱湯を数回かける

何度も水をかえて洗う



確実に消毒できるわけではありませんが、

リスクをおさえられます!

ちなみに…

すぐに洗えないときには、ゴミ袋に入れておきます。
学校では感染予防のため、申し訳ありませんが
←この状態でお持ち帰りをお願いしています。