

お子さんといっしょにお読みください。

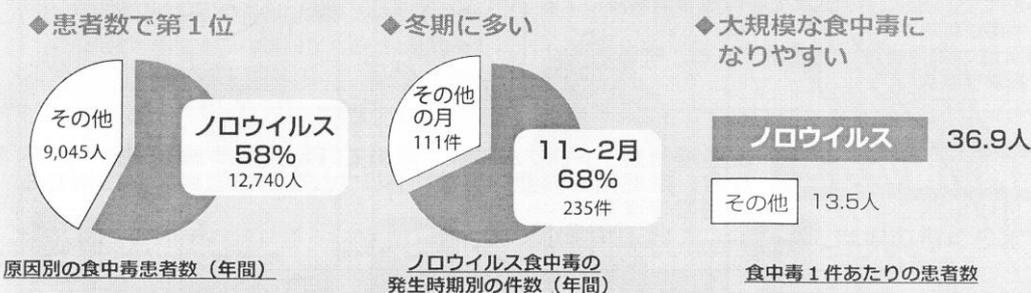
えががお

天方小学校 ほけんだより
平成27年1月7日

明けましておめでとうございます。また新たな1年がスタートしましたね。今年も子どもたちにとって、素敵な出来事がたくさん起こることを願っています。お正月の間、生活リズムが不規則になってしまったら、なるべく早く元のリズムに戻して、子どもたちが健康的な毎日を送れるようサポートをお願いします。本年もどうぞよろしくお願いいたします。



ノロウイルスによる食中毒は、



※出典：食中毒統計（平成21～25年の平均。病因物質が判明している食中毒に限る）

ノロウイルスによる食中毒に注意！

症状は？

- ＜潜伏期間＞ 感染から発症まで24～48時間
- ＜主な症状＞ 吐き気、嘔吐、下痢、腹痛、微熱が1～2日続く。感染しても症状のない場合や、軽いかぜのような症状のこともある。

感染経路は？

- ＜食品から＞ ・感染した人が調理などをして汚染された食品
・ウイルスの蓄積した、加熱不十分な二枚貝など
- ＜人から＞ ・患者のふん便や嘔吐物からの二次感染
・家庭や施設内などでの飛沫による感染

ノロウイルスによる食中毒予防のポイント

健康管理

- 普段から感染しないように食べ物や家族の健康状態に注意する。
- 症状があるときは、食品を直接取扱う作業をしない。

手洗い

- 洗うタイミングは
 - ・トイレに行った後
 - ・料理をはじめめる前
 - ・料理の盛りつけの前
 - ・次の調理作業に入る前
- 汚れの残りやすいところを丁寧に
 - ・指先、指の間、爪の間
 - ・親指の周り ・手首

調理器具の消毒

- 塩素消毒
 - 洗剤などで十分に洗い、塩素濃度200ppmの次亜塩素酸ナトリウム（☆）で浸しながらふく。
 - ※洗剤などで十分に洗い、熱湯で加熱する方法も有効です。
 - ☆ペットボトル1本（500ml）に、キャップ約半分弱（2ml）の家庭用塩素系漂白剤（ハイター、ブリーチなど）を入れると作れます。



1月の身体測定について

1年	7日（水）	2・3年	8日（木）	4年	13日（火）
5年	15日（木）	6年	14日（水）		

※ 身体測定結果をもとに、お子さんと一緒にグラフの作成をお願いします。