

今年の冬は、根雪になるのも早く、1月には大雪&吹雪の大荒れのお天気が数日続いたりもし、なかなか厳しい冬になっています。明るく暖かい春が待ち遠しいですね。2月4日は立春で、春の始まりの日でした。2月19日は雨水で、雪どけ水がチロチロ流れ出すところ。天気予報を見るとまだまだ冬は続きそうですが、暦では『春』がチラチラ顔をのぞかせています。今年度も残り少なくなってきました。最後まで、みんな元気に過ごせますように。



今シーズンの累積推定受診者数が1,000万人突破！全国で大流行中。



今シーズンのインフルエンザは、例年より早いペースで本格的な流行シーズンに入り、2018年始めから患者数は右肩上がりに増えています。2月2日に発表された全国の累積推定受診者数は、なんと約1,111万人！

統計を取り始めてから過去最多といわれています。

今シーズンの特徴は、A型とB型が同時流行していること。最新の動向では、B型がA型よりも多く検出されています。A型でもB型でも、熱があまりでないケースや腹痛や下痢といった胃腸症状が起きるケースもあり、症状の出方には、その時々個人差があります。

本校でも、先週のはじめころから患者数が増え始めており、その多くがB型です。あまり熱が高くない状態でも、検査では陽性となったり、最初は陰性だったけど何回目かの検査で陽性になった人もいます。高熱や関節痛などの顕著なインフルエンザの症状が出ていなくても、家族や友だちなど身近にインフルエンザ感染の人がいるような現在の状態では、インフルエンザ感染の可能性が大いにあります。朝、少しでも体調の悪さを感じたら、無理して登校せず、インフルエンザを疑って、医療機関を受診してください。また、検査で陰性と出ても、その後の体調変化に気をつけ、不調が続く場合は無理して登校しないようにしてください。

★インフルエンザの感染様式は

【飛沫感染】・・・感染した人の咳、くしゃみ、つばなどとともに出されたウイルスを健康な人が吸い込むことで感染する

【接触感染】・・・感染した人がくしゃみや咳を手で押さえた後や鼻水を手でぬぐった後に他のもの（机、ドアノブ、つり革、スイッチなど）に触り、そこに付着したウイルスに健康な人が触れた後に目、鼻、口に再び触れると、粘膜・結膜などを通じて感染する

そのため、こまめに「手洗い」をして、体内にウイルスを入れないようにしましょう。また、自分が感染しないように予防策をとるとともに、症状が出た場合、他の人へ感染を拡げないようにマスクをしたり、咳やくしゃみの際のエチケットを守ることも大切です。

***手洗いは石鹸をよく泡立てて行い、手のひら、手の甲、爪の間、指の間、親指の付け根、手首を十分に洗きましょう。**



再度確認！〈インフルエンザの出席停止期間は〉
「発症から5日経過し、かつ解熱後2日を経過するまで」

インフルエンザの治療薬を使うと早く解熱することがあります。しかし、感染力の強いウイルスはからだの中に残ったままです。「熱が下がったので登校した」という自己判断では、感染を拡大させてしまう恐れがあります。もし罹患してしまった場合は、出席停止期間をしっかりと休んで、自分の体調の回復と、周りへの感染防止に努めてください。

児童・生徒 (小学生以上)	発症日数 (発症した後5日を経過し、かつ、解熱した後2日から出席可能)							
	発症日	発症後1日目	発症後2日目	発症後3日目	発症後4日目	発症後5日目	6日目	7日目
(例1) 発症1日後に解熱	発熱	発熱	平熱	平熱	平熱	平熱	出席可能	
(例2) 発症2日後に解熱	発熱	発熱	平熱	平熱	平熱	平熱	出席可能	
(例3) 発症3日後に解熱	発熱	発熱	発熱	平熱	平熱	平熱	出席可能	
(例4) 発症4日後に解熱	発熱	発熱	発熱	発熱	平熱	平熱	出席可能	

水は冷たいけど…
しっかり！

壊してしまったのなら教えてほしい ～手指消毒薬～

壊したことに關しては怒らないから・・・

感染症予防のため、教室棟の各階や生徒昇降口などに「iPOSH（アイポッシュ）」という手指消毒薬を置いてありますが、目にしている人も多いと思います。この消毒薬ですが、時々、容器が壊れた状態で発見されます。おそらく、わざと壊そうとする人はいないでしょうから、何かのはずみで机から落として壊してしまったのだと思います。壊れやすい容器であるため、たびたび壊れてみなさんに迷惑をかけて申し訳ないと思いますが、これまで何回か壊れてしまっていますが、そのことを教えに来てくれた人は、ほとんどいません。壊れた状態で床に落ちていたのなら「気づかないで行ってしまったのだろう」と思いますが、壊れた状態でも机の上に乗っているので、壊れていることに気づいている人はいるはずなのですが・・・。校内を見回りにして壊れた状態を発見し、いつもとても残念に思います。



「いつから壊れていたんだろう?」「壊れていて使えなくて困っている人もいるので 「壊れた iPOSH」はないだろうか」

なるべく壊れないように置き場所を工夫するなど、こちらでも対策をしたいと思いますが、もしこのあと、この容器を壊してしまうようなことがあったら、壊してしまった人は、保健室に知らせに来てください！壊した本人でなくても、気づいた人が教えに来てくれるととても助かります！

「形あるものはいつかは壊れる。」それは仕方ないことなので、壊してしまったことは全然怒りません！（壊れないように大切に使うしてほしいとは思いますが）。でももしみんなが使うものを壊してしまった場合は、その後どう行動するか、が大事なのではないのでしょうか。

箱根駅伝で4連覇した青山学院大学の原晋監督の著書には、こんなことが書いてありました。

『食事をしているときに、自分が使ったところで醤油差しの醤油がなくなったとき、知らんぷりして放置したら、それは怒る。次に使う人のことを考えて追加するのが当たり前であって、それができずに自分のことしか考えられないようでは社会に出ても役に立たない人間になってしまうからだ。』

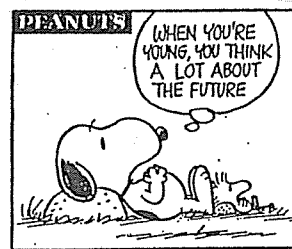
みなさんには、「自分が怒られなければ良い」「自分は使わないから関係ない」「保健室にわざわざ言いに行くのは面倒だ」という風に、自分のことだけ考えて知らんぷりする人ではなく、次に使う人のことを考えて行動できる人になってほしいと思います。

いつか、ワシになりたいと願っているウッドストック。若いころは、だれもがいまの現実から離れ、遠い未来を夢見るものです。

しかし、たくさんの小さな点が並んでひとつの線となるように、毎日の積み重ねがそのひとの人生となり、夢見た未来へとつながります。それだけに、自分が願っている夢をいつの日か実現するためには、いま、何をすべきなのか。きょう、一体、何ができるのか。それを真剣に考え、日々、歩み続けることが、何より大切なのでしょう。そして、もしも将来、若いころに願っていたように自分がならなくとも、それが充実した毎日を送った結果であれば、決して後悔しないのではないのでしょうか。

コツコツと継続すること。それは、カッコイイことでも、華やかなことでもありません。むしろ地道で、かつ大変なこと。しかし、そんな毎日の変わらぬ姿勢こそ、生きていくうえで大切にしたい宝物なのです。

宝物は、毎日の気持ちの中にある。



若いころは、いろいろ将来を考えるものさ



人生について考え...



自分がなりたいと願ってるもの
のことを考える...



ウッドストックは
ワシになりたいんだ

「スヌーピー こんな生き方探してみよう」より