

The

# 健康応援隊!.....♡

## インフルエンザ

インフルエンザは、インフルエンザウイルスに感染して起こる感染症です。インフルエンザウイルスにはA型、B型、C型とあり、ヒトに感染するのはA型とB型です。流行には季節性があり、例年12月から3月に流行し短期間で多くの人に感染が広がります。

インフルエンザの症状は、38度以上の高熱、頭痛、関節痛・筋肉痛、全身のだるさ(倦怠感)などが比較的に急速に現れる特徴があります。また、小さい子どもでは急性脳症、高齢者では肺炎を伴うなど、重症になることがあります。

感染予防のために普段の生活でも心掛けることとして、外出後の手洗いで、流水で石鹸を用いて、十分な手洗いをしましょう。手に付着したウイルスを洗い流し、体内に入れないことが重要です。アルコール製剤による手指消毒も効果があります。

また、インフルエンザ流行前の予防接種も有効です。予防接種で感染を完全に防ぐことはできませんが、重症化を防ぐことはできます。高齢者では、死亡の危険性が1/5に、入院の危険性が約1/3から1/2にまで減少することが期待できるとされています。

町では、10月から高齢者や身体障害者手帳をお持ちの方や小児(生後6か月から中学3年生相当まで)を対象にインフルエンザの予防接種に対し、助成をしているところがあります。ワクチンの予防効果は接種した2週間後から1か月程度と考えられています。流行が始まる12月中には、ワクチン接種をお勧めします。

(健康福祉課 保健師)

学校  
コーナー

考え・進め  
未来へ



五霞中学校

五霞中学校では、9月には、3年生の修学旅行と2年生の職場体験学習、10月には、合唱祭・かすみ祭が実施されました。特に3年生にとっては、修学旅行と最後の合唱祭・かすみ祭は、忘れられない一生の思い出になったことでしょう。

◇職場体験を終えて 二年 中里 明日香  
私は、職場体験で接客の仕事を経験しました。体験したお店では、朝の朝礼から閉店まで、すべてお客様の事を考えて仕事をしていました。



まず、この店のメニューを覚え、それがどんな料理なのか把握することがとても大変でした。そして、お客様が注文したメニューをしっかりと確認し、それを厨房に確実に伝えることがとても難しかったです。私は今回の職場体験で皆さんの貴重な体験をしました。このことを自分の将来に生かしていきたいと思えます。

◇修学旅行の思い出  
私は、修学旅行の実行委員として、しおりの準備や学年学級の決め事を中心となり進めてきました。修学旅行当日、みんな楽しんでくれている姿を見て、実行委員として頑張った良かったと感じました。京都・奈良の歴史に触れ、歴史は学べば学ぶほど楽しくなってくるのが分かりました。また、みんなとより仲が深まり、一生の思い出となる修学旅行となりました。

◇中学校最後の合唱祭  
私達二組は、日々の練習で金賞をとるという目標に向けて頑張ってきました。授業での練習の回数が少なかった中、みんなで工夫して練習し、うまくなっていました。本番では、今までで一番の合唱ができました。結果は、おしくも金賞をとることができませんでした。この合唱祭でクラスが一体となる貴重な経験ができました。そして、友達同士の絆が深まり良い思い出になりました。



三年 齊藤 蒼

◇中学校最後の合唱祭  
私達二組は、日々の練習で金賞をとるという目標に向けて頑張ってきました。授業での練習の回数が少なかった中、みんなで工夫して練習し、うまくなっていました。本番では、今までで一番の合唱ができました。結果は、おしくも金賞をとることができませんでした。この合唱祭でクラスが一体となる貴重な経験ができました。そして、友達同士の絆が深まり良い思い出になりました。



三年 小林 彩乃