ほけんだより インフルエンザ特別号

No.12　令和５年10月30日　見川小学校保健室

インフルエンザ流行に伴う感染予防対策の強化について

見川小学校では先週よりインフルエンザの児童が急増し、学年閉鎖も行われました。見川小学校で流行したインフルエンザの型はすべてＡ型です。Ａ型は感染力が強く、1～3日ほどの潜伏期間を経て発症します。主な症状は高熱（38℃以上が多い）、倦怠感（だるさ）、関節痛、頭痛、のどの痛み、鼻水、咳などです。もし、これらの症状があるなど体調がすぐれない時には、登校前に熱をはかったり、無理をせず欠席したりするなどの対応をよろしくお願いいたします。また、熱があれば受診し、医師の診断をうけて、登校してもよいかをお聞きください。

流行は今後も拡大する心配があります。予防方法は新型コロナウイルス感染症と同じですので、コロナ禍で身につけた感染症予防対策を御家庭においても行っていただきますようよろしくお願いいたします。

感染症予防対策

① ウイルスを体内にいれない

- うがい
- 手洗い
- 人ごみに行かない
- マスクの着用
- こまめに換気をする
- 部屋の湿度を50～60%に保つ

② ウイルスに負けない（免疫力を保つ）

- ご飯をしっかり食べる
- 十分な睡眠をとる
- ストレスをため込まない
- 運動をして体力をつける

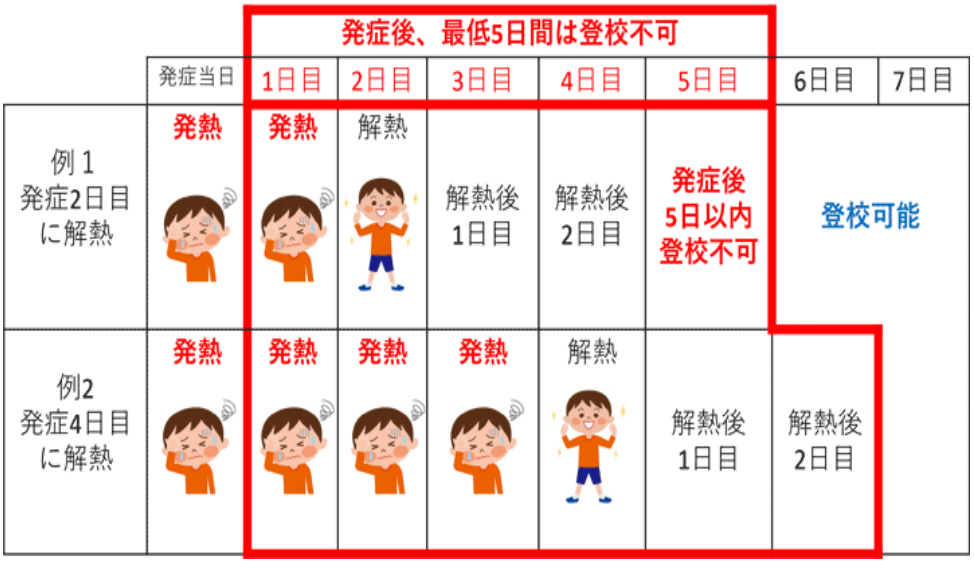
③ 他の人にうつさない

- 安静にして早く治す
- くしゃみや咳を人にむけてしない
- ハンカチや肘で口元を覆う咳エチケット
- 鼻水をかんだティッシュは自分でゴミ箱に捨てる。

〈インフルエンザの出席停止について〉

発症した後5日を経過し、かつ、解熱した後2日(幼児は3日)を経過するまで登校できません

＊ただし、病状により医師が感染のおそれがないと認めたときは、この限りではありません



○発症した日（発熱した日）は「0日目」と数えます。

○解熱した日は「0日目」と数え翌日が「1日目」となります。

○家族がインフルエンザにかかっても、本人が医師等にインフルエンザの診断を受けていないときは出席停止とはなりません。

○抗インフルエンザ薬は発症から48時間以降に服用を開始しても、十分な効果が期待できない場合があります。