

ほけんだより12月

桜谷小
保健室
H29. 12.

<おうちのみなさんへ>

桜谷にもインフルエンザウイルス到来！



12月に入って全国的にインフルエンザの流行期に入ったという知らせを聞いたあと、滋賀県でもその罹患児童が徐々に増加、学級閉鎖をされている学校も出てきました。18日現在、児童生徒の罹患数は450名を超えました。

本校は、先週4年生1名がインフルエンザにかかり、今朝はその4年生で欠席が5名、内3名がインフルエンザ、高熱で早退1名が帰りました。冬休み前ですが、今後の感染症の拡大を避けるために、咳やくしゃみで他の人にうつさないためのマスクの着用や口と鼻を押さえる「咳エチケット」、手洗いを

心がけるとともに、加湿、予防接種などを組み合わせて行うことでリスクを下げて予防していただきますようよろしくお願いします。

再度 確認をお願いします

○毎朝、お子さんの「健康観察」をして、朝から微熱が出たり体調がすぐれない場合や欠席する場合は、その症状などを学校に連絡ください。

○高熱等でインフルエンザが疑わしい場合は、マスクをつけて医療機関を受診されると思いますが、症状が出て間もないときは検査結果が正確に出ないことがあります。検査反応時間は発熱後12～

24時間経過していると反応が出やすいと言われています。

流行期間中は、医師が検査をされないで、



こんな症状がある時は病院へ

「流行っているからインフルエンザでしょう。」と診断されることもあります。学校へは、「わかる範囲内」のことを連絡してください。あえて学校に何型かを伝えるのに、再度診察に出向いてまで検査をしていただく必要はありません。

○「微熱なので学校に行かせました。」こんなケースの中に、実は「インフルエンザ」だったということがよくありました。「予防接種」を受けていると、重症化しにくいので、「普通の風邪」と思い込んでしまうことがあります。そのことで知らないうちに感染を拡げてしまうおそれがあります。軽症でも登校のときは必ず「マスク」を着用させてください。

○「インフルエンザウイルス」は、患者の体内に7日間存在すると言われています。回復しても、登校後しばらくは必ずマスクを着用させてください。マスクをしていないときは学校で着用させることもあります。

○「インフルエンザ」と診断された場合は、症状や家族の様子、医療機関など、わかる範囲内の内容を学校に連絡ください。インフルエンザは「出席停止扱い」となり欠席になりません。「発症後5日を経過し、かつ解熱後2日を経過するまで」は登校できませんのでしっかり休ませてください。＜保存版：裏面を参考にご利用ください＞



○家庭や兄弟間での感染を防ぐため、家の中でも「マスクの着用」をして接触をひかえましょう。

○学校以外の場所で感染する可能性は多々あります。習い事教室やスポーツ少年団等での流行の様子にも気を配りましょう。

○「出席停止期間」は、抗ウイルス薬の服用によって熱が早く下がるようになりましたが、感染力は変わりません。「熱が下がって元気になった。」と感染力が残ったまま登校するケースが増えていることから出席停止期間が延長されています。集団での流行拡大を防ぐために必要な措置ですので、ご理解とご協力をお願いします。

肌着(はだぎ) 身につけていますか？



肌着は汗を吸い取ってくれるため、体を汗で冷やさない役目も担っています。保温効果もあるので、肌着を着るだけで+4℃は温かく感じられます。上着を重ねるよりも効果は抜群です。Tシャツではなく肌着を身につけさせましょう。機能性インナー、防寒下着等を活用するのも効果があります。