

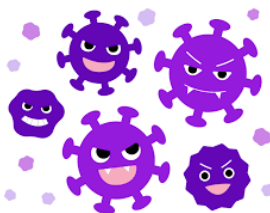
ほけんだより

心もからだも元気いっぱい

令和 5年 2月 6日
第19号 神石小学校

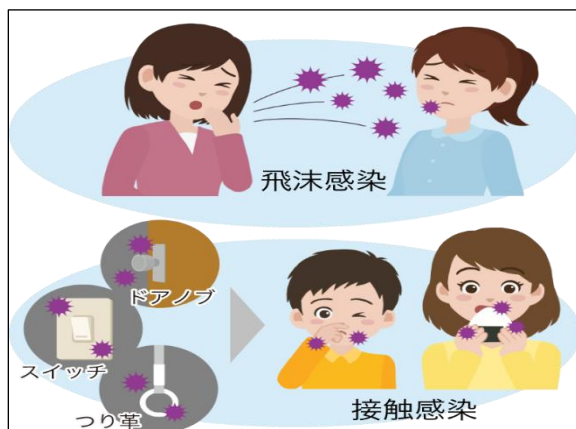
つづ かんせんたいさく 続けよう！感染対策

県内では、「インフルエンザ注意報」が発令されています。町内の学校でも、インフルエンザにかかった人がみられるようになりました。「新型コロナウイルス感染症」と「インフルエンザ」の感染対策は、基本同じです。これまでやってきたことを続けながら、健康管理をしっかりおこなってください。



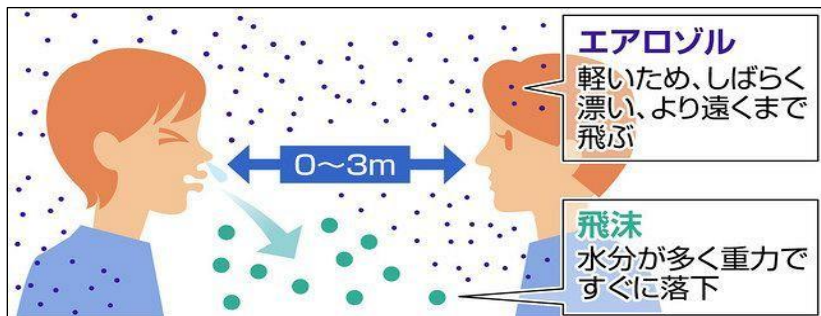
	かぜ	インフルエンザ	新型コロナウイルス
潜伏期間 (感染してから症状が はじめるまでの期間)	2~4日間	2~5日間	1~14日間
感染経路	飛沫・接触	飛沫・接触	飛沫・接触・エアロゾル
主な症状	発熱・咳・ 鼻水・咽頭痛	高熱・関節痛・筋肉痛 咳・鼻水・咽頭痛	発熱・倦怠感・咳 たん・味覚・嗅覚障害

※一般的にはこのように言われていますが、個人差がありますので、必ずこのようになるとは限りません。



※エアロゾルは、1回の咳で約700個、1回のくしゃみで約40,000個発生し、空中を浮遊するので、直接飛沫を浴びなくても、短距離では吸い込んで感染することがあります。

感染症予防のポイントは…
「減らす」「入れない」「たたかう」
 ◆こまめな掃除や換気で、室内のウイルスを減らそう
 ◆マスクや手洗いで、体にウイルスを入れない
 ◆食事・睡眠・運動で、免疫をつけよう



うちのカタヘ

現在、ご存知の通り、ニュースなどでは、「新型コロナウイルス感染症」が感染症法上の分類として、第2類から、「季節性インフルエンザ」と同じ分類の、第5類に移行することが決定しました。

その際には、今後の状況をみながら、教育委員会の指導を受け、学校生活における感染対策の見直しや改定をおこなうこととなります。しかし、今しばらくは、当面の感染対策をおこなっていきます。

今冬は「コロナウイルス」と「インフルエンザ」の同時流行が言われており、町内でも両方の罹患者がみられています。症状には個人差もあるため、家庭での判断が難しいと思いますが、お子さんや同居ご家族に、「発熱等の風邪症状」や「いつもと違う症状」がみられましたら、まずはかかりつけ医等に電話でご相談ください。

「インフルエンザ」の出席停止期間は、以下のようになっていますが、「新型コロナウイルス感染症」と同様、必ず医療機関や保健所の指示に従っていただきますよう、よろしくお願いいたします。



インフルエンザの出席停止期間

出席停止期間「発症した後、5日を経過し、かつ解熱した後2日を経過するまで」

インフルエンザ出席停止期間早見表

	発症日	発症後								
		0日目	1日目	2日目	3日目	4日目	5日目	6日目	7日目	8日目
例1 発症後1日目に解熱した場合 (最低基準)	発熱	解熱	解熱後1日目	解熱後2日目	発症後4日目	発症後5日目				
	出席停止	出席停止	出席停止	出席停止	出席停止	出席停止	登校可能			
例2 発症後2日目に解熱した場合	発熱	発熱	解熱	解熱後1日目	解熱後2日目	発症後5日目				
	出席停止	出席停止	出席停止	出席停止	出席停止	出席停止	登校可能			
例3 発症後3日目に解熱した場合	発熱	発熱	発熱	解熱	解熱後1日目	解熱後2日目				
	出席停止	出席停止	出席停止	出席停止	出席停止	出席停止	登校可能			
例4 発症後4日目に解熱した場合	発熱	発熱	発熱	発熱	解熱	解熱後1日目	解熱後2日目			
	出席停止	出席停止	出席停止	出席停止	出席停止	出席停止	出席停止	登校可能		
例5 発症後5日目に解熱した場合	発熱	発熱	発熱	発熱	発熱	解熱	解熱後1日目	解熱後2日目		
	出席停止	出席停止	出席停止	出席停止	出席停止	出席停止	出席停止	出席停止	出席停止	登校可能

その後は解熱した日によって出席停止日が順次延長されていきます。

花粉症対策「つけない・落とす」

- ◆マスク…花粉を吸い込む量が3分の1~6分の1に！
- ◆ぼうし…つば付きぼうしで、顔と髪につく花粉を減らそう。
- ◆洗顔…目や鼻の周りは、特にていねいに洗おう。
- ◆うがい…のどに流れた花粉を取り除こう。

