



だいじょうぶ



いよいよ師走を迎えます。随分と寒くなってきましたが、この時期子供たちの服装は様々です。ここ最近では、お腹が冷えて腹痛で来室する子供も増えてきました。濡れタオルを袋に入れてレンジで温めた「温タオル」が大活躍しています。体が冷えると体調を崩しやすくなりますが、「3つの首(首・手首・足首)」を温めると体が冷えにくくなります(保健室でも実践中!)。長めの靴下、手袋、ネックウォーマーなどを利用して温かく過ごす工夫をして欲しいです。



インフルエンザ、流行ってます。



インフルエンザについて

- ◆潜伏期間：1～4日(平均2日)
- ◆感染経路：飛沫感染(咳やくしゃみなどによって飛び散る病原体で感染する)、接触感染(病原体が付着した物を介して感染する)
- ◆感染期間：発熱1日前から3日目がピーク。その後7日目頃まで続く。
- ◆主な症状：悪寒、頭痛、発熱(39～40℃)で発症することが多い。倦怠感や筋肉痛などもある。
- ◆主な診断：迅速診断キット(鼻や喉の粘液を綿棒でぬぐう検査・鼻かみ液での検査)による。
発症後12時間以降であれば、より確実に診断できます。

〈参考〉厚生労働省「平成30年度 今冬のインフルエンザ総合対策について」
日本学校保健会「学校において予防すべき感染症の解説」



病院で「インフルエンザ」と診断されたら・・・

- ①出席停止となります。
※期間：発症した後5日を経過し、かつ解熱後2日を経過するまで。
- ②すぐに学校へ連絡をお願いします。
- ③登校再開日については、必ず主治医に確認してください。
(下の図を参考に、主治医の意見に従ってください。)

インフルエンザの予防には、インフルエンザワクチンの接種が効果的です。ワクチンを接種しても、100%感染を防ぐことはできませんが、症状が軽く済んだり、合併症などを起こすリスクを減らしたりすることに役立ちます。

1～2月の流行期の前に抗体を作っておくためにも、12月初旬までの接種をおすすめいたします。



早わかり

インフルエンザの出席停止期間

インフルエンザと診断された場合の出席停止の期間は、法律*で次のように定められています。

発症した後5日を経過し、かつ、解熱した後2日(幼児^{げいご}にあつては、3日)を経過するまで

● 実際の例で考えてみると・・・ ●



*学校保健安全法施行規則の一部を改正する省令(平成24年文部科学省令第11号)