



豊橋市立岩西小学校

保健室

R7. 12. 9

さくじつ いわにしそうがっこう がっこうゆう がっこうゆうへいさ
昨日、岩西小学校でも3学級がインフルエンザで学級閉鎖となっていました。こ
れ以上感染が広まらないように、みんなで予防に努めましょう！

インフルエンザとは・・・

インフルエンザウイルスに感染して発症する病気で、普通のかぜとは原因となるウイルスの種類がちがいます。38℃以上の発熱や頭痛、関節痛、全身倦怠感などの症状が比較的急速に現れるのが特徴です。主な予防方法は、流行前のワクチン接種や外出後の手洗い、適度な湿度の保持、十分な休養とバランスのとれた栄養摂取、人混みへの外出を控えるなどです。

おぼえておこう！「せきエチケット」

せきエチケットとは、かぜやインフルエンザなどをお互いにうつさないようにするための思いやりのマナーです。

①ティッシュなどで鼻と口をおおう

せきやくしゃみをするときは、まわりの人から顔をそむけ、ティッシュなどで鼻と口をおおいます。使ったティッシュは、すぐにゴミ箱へ捨てましょう。



②とっさのときは「袖」でカバーする

突然のせきやくしゃみは、できるだけ手を使わず、ひじの内側などの袖でおおいます。間に合わず手でおおった場合には、すぐに石けんで手を洗いましょう。



③マスクをつける

インフルエンザウイルスは、マスクの編み目を通り抜けるほど小さいです。しかし、ウイルスを含んだ飛沫（鼻水やだ液）はマスクでしっかりととらえることができ、感染の拡大を防ぐことができます。また、ウイルスは乾燥しているところが大好きなため、マスクをつけることでのどにうるおいを与え、感染の予防が期待できます。



保護者の方・園の先生方へ

*登校前に体調不良を訴えた場合には、必ず体温を測るようにしてください。朝は、1日の中で最も体温の低い時間帯です。朝の時点で微熱がある場合には、日中体温が上昇する可能性があります。また、体調不良でも発熱がなく登校する場合には、その旨を連絡帳等で担任までお知らせいただくようお願いいたします。

*インフルエンザ流行中は、学校で体調不良を訴えた際に37℃以上ある場合はお迎えをお願いします。また、休養しても回復しない場合には、発熱がなくてもお迎えをお願いしますのでご了承ください。

*インフルエンザに感染してしまった場合、「学校感染症の報告」用紙をお渡ししますので、治癒後登校する際に提出してください。

*インフルエンザ流行中は、本人が健康でも予防のためにマスクを着用させていただきますようご協力をお願いいたします。

<インフルエンザの出席停止期間>

発症した後5日を経過し、かつ、解熱した後2日（幼児にあっては3日）を経過するまで

| 例 | 発症日 | 発症後5日間（出席停止期間） | | | | | | 発症後5日を経過 | | |
|---------------------------|---|----------------|-----|-----|-----|-----|-----|----------|-----|---|
| | | 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 |
| 発症後 1日目に 解熱した 場合 |  | 解熱 | 1日目 | 2日目 | | | | | |  |
| 発症後 2日目に 解熱した 場合 |  | 解熱 | 1日目 | 2日目 | | | | | |  |
| 発症後 3日目に 解熱した 場合 |  | | 解熱 | 1日目 | 2日目 | | | | |  |
| 発症後 4日目に 解熱した 場合 |  | | | 解熱 | 1日目 | 2日目 | | | |  |
| 発症後 5日目に 解熱した 場合 |  | | | | 解熱 | 1日目 | 2日目 | | |  |