

ぐんぐん



今年も残すところ、あとわずかとなりました。冬休みの間、かぜやインフルエンザなどで体調をくずさないように気をつけてくださいね。

インフルエンザによる出席停止について

もしインフルエンザに罹患した場合、学校保健安全法第19条に定められている通り、『出席停止』となり、欠席にはなりません。



インフルエンザによる出席停止の期間

「発症後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」

処方された薬によっては、解熱するのが早いこともあります。ウイルスはまだ体内に残っており、安静に過ごすことが大切です。また、自己判断での登校は学校での集団感染が懸念されます。必ず主治医の指示をよく守るようにお願いいたします。

↓下記の表を参考になさってください。また、登校時には『インフルエンザ経過報告書』をお子様を持たせていただきますようお願いいたします。（学校のホームページに掲載しておりますので、必要に応じてダウンロードをお願いいたします。）

例	発症日 0日目	発症後 1日目	発症後 2日目	発症後 3日目	発症後 4日目	発症後 5日目	発症後 6日目	発症後 7日目
発症後2日目に 解熱した場合	発症/発熱 	発熱 	解熱 	解熱後 1日目 	解熱後 2日目 	※まだ発症後5日 を経過していない ため登校できない	登校可能 	
出席停止期間	→							
発症後4日目に 解熱した場合	発症/発熱 	発熱 	発熱 	発熱 	解熱 	解熱後 1日目 	解熱後 2日目 	登校可能
出席停止期間	→							

感染性胃腸炎に気をつけましょう！！

○ノロウイルスは、どのように感染するのですか？

次の①～③の感染様式があると考えられています。

- ① 汚染された二枚貝を生や十分加熱しないで食べた場合。
- ② 調理する人が感染者で、その人の手指などを介して汚染された食品を食べた場合。
- ③ 患者の便や、吐いたものからの二次感染。

○ノロウイルスに感染したら、どんな症状がでますか？

潜伏期間（感染から発症までの時間）は24～48時間で、主症状は吐き気、嘔吐、下痢、腹痛であり、発熱は軽度です。通常、これら症状が1～2日続いた後、治癒し、後遺症もありません。また、感染しても発症しない場合や軽い風邪のような症状の場合もあります。

○便や、吐いた物からの二次感染を防ぐにはどうしたらよいですか？

便や、吐いたものの処理をするときは、必ず使い捨てのマスク・手袋をして、処理をしたあとは、石けんできれいに手を洗いましょう。

- ポイント** ①すぐにふきとる ②乾燥させない ③塩素系で消毒をする
④手洗い

参考資料 厚生労働省 <http://www.mhlw.go.jp/>

保護者の皆様へ 体調不良のときの対応について

最近、登校後すぐに不調を訴えて早退するケースが増えています。朝の様子で元気がなかったり体調が悪いときには、無理に登校をさせず、ご家庭でゆっくり休養するようにお願いいたします。また、感染症の流行期であるため、学校で体調不良を訴えたときには、早めにご家庭に連絡し、お迎えをお願いしています。ご多用のところ申し訳ありませんが、ご理解とご協力をよろしくお願いいたします。

この1年は、みなさんにとって、どんな1年でしたか？楽しかったことやうれしかったこと・・・苦しかったこともあったかもしれません。

つらいとき、みなさんは誰に支えてもらいましたか？誰に元気をもらいましたか？みなさんは、たくさんの人たちに支えられて生活しています。まわりの人たちに感謝する気持ちを大切にしてください。ぜひ1年のしめくりに、そんな日常に感謝を。自分を支えてくれる人たちに感謝を。そして、1年間がんばった自分に「おつかれさま」を。すてきな冬休みになりますように…☆



保健室