

今日もごきげん

ほけんだより
2013.2.4
江別市立江別小学校

2月に近づいたとたんに、市内でもインフルエンザ・集団かぜが流行してきたようです。空気がかわいて（乾燥して）いて、ウィルスが活動しやすくなることと、寒くなり私たちの体の抵抗力（病気に負けず、たたかう力）が弱ってくるのが関係しているのでは…？！

江小のみんなは「手洗い」しっかりしていますか？インフルエンザ・かぜには手あらいがとても効果のある予防法です。また、体力をアップするために「しっかりねむる」ことが大切です！早めねむるようにしようね！

「せき・くしゃみ」をするときのエチケット 知っていますか？



目に見えないけれど、「せき」をするととても遠くまでつばが飛んでいます。かぜやインフルエンザが流行する季節には、このつばの中にインフルエンザなどの原因になる「ウィルス・細菌」がふくまれています。

ですから、「せき」をするときはハンカチや手でおさえたり、マスクをしてくるなど工夫をしましょう。

あうちのかたへ ～インフルエンザの出席停止期間が改正されています！～

市内でインフルエンザ・集団かぜの流行する季節となってきました。札幌では学級・学年閉鎖が冬休み明けから続いているようです。毎年のことではありますが、かかっている本人の辛さと、看ていご家族の方の苦勞を思うと…

さて、インフルエンザについては「出席停止」という扱いになり、通常の欠席とは扱いが異なります。感染症による出席停止は、感染拡大を防止することを目的としています。この出席停止ですが、昨年4月から何点が改正されています。

これまでインフルエンザの出席停止期間は「解熱後2日を経過するまで」となっていましたが、新しい規則では「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」と変更になりました。図にあらわすと、こんな感じです。

熱が下がったから、次の日から登校！！とは「はらばいのですね…」



(インフルエンザ出席停止期間の例)

	発症日	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
例1	発症	発熱	熱が下がった	解熱後1日目	解熱後2日目	解熱後3日目	登校できます	
例2	発症	発熱	発熱	発熱	熱が下がった	解熱後1日目	解熱後2日目	登校できます

こんなふうに変更になったのは、薬で熱が下がっても、インフルエンザウィルスの感染力はしばらくの間残っていることがあり、登校すると感染が拡大してしまう可能性があること。また、一度薬の働きで熱が下がっても、再び発熱することがあるのでゆっくりと安静にしていることが望ましいためです。どうぞご理解とご協力をお願いいたします。

病院で「インフルエンザ」と診断されましたら、学校にもお知らせください（診断書は不要です）