

すこやか

平成29年9月11日
 仙台市立幸町小学校
 ほけんだより
 ~No.12~

9月に入り、近くの小学校や幼稚園でインフルエンザが流行っています。幸町小学校でも、インフルエンザにより欠席する人ができました。なぜかな?と置いていたら、インフルエンザだったという人も中にはいます。咳が出たらマスクをつける、いつもよりもていねいに手洗い・うがいをするなど自分の健康は自分で守るよう、しっかりと予防しましょう。



季節外れのインフルエンザに要注意!! ※心配な人は、朝に体温を測ってみよう。平熱を知っておくと、発熱時と比べることができます。

侵入ルート

感染

発症

38度以上の高熱や頭痛・咳などの症状が1~2日以上続く

● 感染者のせきやくしゃみのしぶきにウイルスが混じって飛び散り、空気と一緒に他の人のからだに入り込みます。

● 空気とともに吸い込まれたウイルスは鼻やのどの粘膜の細胞に張りついて増えていきます。

- 少ないウイルスで、多くの人に、症状が早く進みます。
- ずっと寒気を感じ、関節の痛み、だるさがあります。

潜伏期間(感染から発症までの時間): 1日~3日程度

※現在は、インフルエンザA型が流行しています。

予防方法

● 外から帰ったら、手洗い・うがいをする

● 部屋の湿度は、50%以上にする

● 早寝・早起・バランスの良い食事・適度な運動を心がける



本校でもインフルエンザにかかって欠席する児童、発熱により欠席する児童ができました。本校管理校医の星先生によると、「8月中旬から徐々に流行し始め、今週の土日は10人以上の罹患者が確認された」との連絡を受けました。また、「家族の中で罹患している人がいた場合には、注意が必要。熱が下がらない場合は早めの受診を」。「37.8℃程度の微熱でも陽性反応が出ている」。「季節外れのインフルエンザは急速に流行する恐れがあるので危機感を持って」との指導をいただきました。引き続き、うがい・手洗い・規則正しい生活習慣をするよう声掛けをお願いいたします。朝、熱がなくても、体調が優れない場合は、無理せず学校を休むようご協力をお願いいたします。なお、医療機関で受診される場合は、「学校でインフルエンザがでている」旨を医師にお伝えください。インフルエンザに罹患した場合は、出席停止となります。「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」とされていますので、受診の結果を学校までご連絡くださいますようお願いいたします。

保護者の皆様へ