

令和7年が始まりました。今年もどうぞよろしくお願いいたします。
全国的にインフルエンザが流行し、この年末年始は病院の救急外来が大混雑していたとのこと。冬休み中にインフルエンザにかかった、発熱したというお子さんもいたと聞いています。加須市でも2学期末には、インフルエンザで学級閉鎖になった学校もあるようです。幸い、今のところ本校では落ち着いています。今後の状況によっては、感染拡大防止のため学年閉鎖等の措置をとることがあるかもしれません。保護者の皆様の御理解、御協力をよろしくお願いいたします。

インフルエンザだけでなく、新型コロナウイルス感染症やマイコプラズマ感染症等も流行しているようです。感染性胃腸炎も心配な季節です。規則正しい生活をし、外出を控えるなど感染防止に努めていただければ幸いです。インフルエンザや新型コロナウイルス感染症等は、出席停止になる病気です。医師から診断された場合は、すぐに学校までお知らせください。なお、すでに濃厚接触者の待機は求めていますので、家族にこれらの感染症の方がいても、お子さん自身に症状がなく元気ならば登校することはできます。



1月の保健目標

かぜを
予防しよう



インフルエンザ流行注意報発令中!!

昨年12月18日に埼玉県はインフルエンザの流行注意報を発令しましたが、現在はさらに感染者が増え心配な状況になっています。「インフルエンザを予防するためには、『手洗いの励行』『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』がポイントです。また、『咳エチケット』は、周囲の人への感染を防ぐだけでなく、自身が飛沫を浴びないことにも役立ちます。人が多い場所に行く場合は、マスクの着用等咳エチケットを心がけ、感染予防に努めましょう。」(埼玉県報道発表資料より)



インフルエンザは、インフルエンザウイルスに感染することによって起こる病気です。主な感染経路は、咳やくしゃみの際に口から発生する小さな水滴(飛沫)による飛沫感染です。

- ・38℃以上の発熱
- ・頭痛
- ・関節痛
- ・筋肉痛
- ・のどの痛み
- ・鼻水
- ・咳

乳幼児では急性脳症を、高齢者や免疫が低下している方では肺炎を伴う等、重症になることがあります。

【インフルエンザにかかったら】



- ・早めに医療機関を受診しましょう。早めの対処が早い回復につながります。ただし、発症してから24時間以上経過しないと、検査をしても陽性にならないことがあります。
- ・安静にして休養をとりましょう。特に、睡眠を十分にとることが大切です。
- ・水分を十分に補給しましょう。
- ・同居の人がいる場合には、家庭内でもマスクをしましょう。

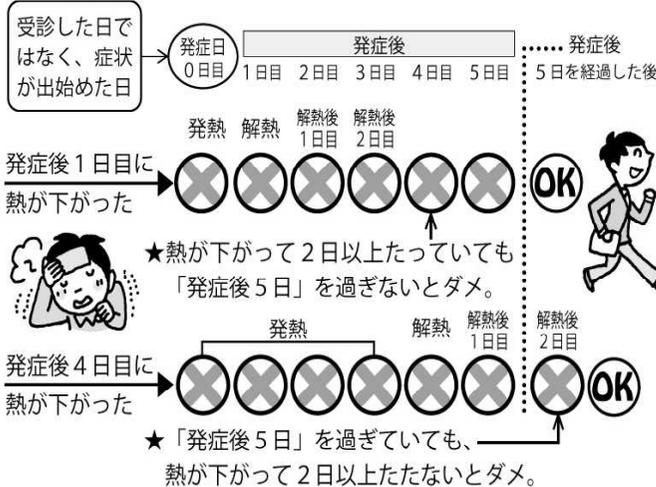
早わかり

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(幼児にあっては、3日)を経過するまで

● 実際の例で考えてみると... ●



☺ 身体計測をしました ☺

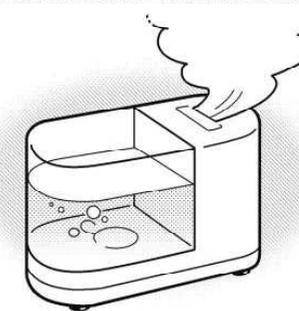
昨日実施した身体計測の結果を『わたしの健康』に記録し、御家庭へお返ししました。

お正月に栄養をたっぷりとりすぎてしまった子や、反対に体重が減ってしまった子など、冬休み中の生活を垣間見たような気がしました。

身長伸びにはかなり個人差がありますが、まれに病気で身長が伸びないということがあります。治療できるものは、骨の成長が止まらないうちに治療しないと、効果が期待できません。御心配な場合は、お気軽に保健室まで御連絡ください。

◆ 部屋のかんそうに注意しよう ◆

インフルエンザなどの原因となるウイルスは、かんそうに強い性質があります。また、鼻やのどがかんそうすると、ウイルスや細菌から体を守る働きが弱まります。加しつ器などを使って、部屋のしつ度を40~60パーセントに保ちましょう。



お子さんからうつらないように 家庭内の感染予防 4つのポイント

お子さんが感染症にかかり看病に追われ、治ったと思ったらご自身が倒れてしまった...そんな事態を防ぐための、家庭内のできる感染予防のポイントをお伝えします。

①. 手洗い・消毒

看病をした後は石けんで手洗いを。電気のスイッチやトイレの水洗パーなど、よく触るところの消毒も大切です。

③. 食器はよく洗う

子どもの唾液がついた食器には細菌やウイルスが。洗剤でしっかり洗います。

②. タオルを共用しない

タオルを介した感染も多いです。ペーパータオルを準備しておく◎。

④. マスクをつける

不織布マスクは子どもからの飛沫感染をある程度防げます。

*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)