ほほえみ

桑野小学校保健室（令和２年１２月２２日）

・・保護者の皆様へ・・・

○　冬休み中は、何かと生活リズムが乱れがちです。体調不良の要因となりますので、お子さまへの言葉かけをお願いします。

○　年末年始を迎えるに当たり、外出や会食の機会も増えてきます。桑野小全体で感染症予防対策に心がけていきましょう。

２学期も残りわずかとなり、いよいよ冬休みを迎えます。今季は例年になくインフルエンザ流行の兆しがなく、郡山市内の小中学校では、いまだにインフルエンザによる欠席者が出ておりません。しかし、新型コロナウイルス感染症が猛威を振るい始めていますので、油断することなく感染症予防に心がけることが大切です。今後も保護者の皆様のご協力をお願いします。

インフルエンザ・新型コロナウイルス感染対策で、ご家庭でも配慮していただきたい事項

①　登校前の健康観察（発熱、鼻水、咳、のどの痛み等）症状が出ている場合の早期対応

※　発熱や、いつもの様子と違うな！？と感じたら無理な登校は控えて早期受診をしてください。

②　うがいの励行

③　石けんによる手洗いの励行

※　水洗いではウイルスはほとんど落ちません。石けんを泡立てて洗い流すように洗います。

④　咳エチケットの徹底

※　咳が出るときは、マスクの着用

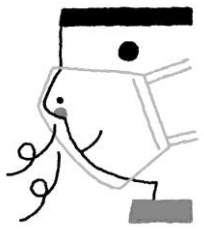
⑤　室内の換気をする

※　湿度は６０％程度に保ち、必要に応じて加湿器等を利用する。

⑥　３密をふせぐ

⑦　インフルエンザ予防接種

※　不活化した病原菌の注射です。インフルエンザを予防できる免疫量が増えるまで、約２～３週間程度かかります。（既に接種済かと思います）



マスクの時も鼻呼吸！

口呼吸をすると、ほこりやウイルスが混ざった乾燥した冷たい空気がそのまま体の中に入ってしまいます。

鼻呼吸をすると、鼻毛などがフィルターの役割をはたし、空気を温めて加湿してくれるので、体への負担が減ります。

インフルエンザと診断されたら！！

感染の蔓延防止

学校保健安全法施行規則（２０１４年４月改正）により、出席停止となります。

※　診断を受けましたら、学校までご連絡をお願いします。

【インフルエンザ】

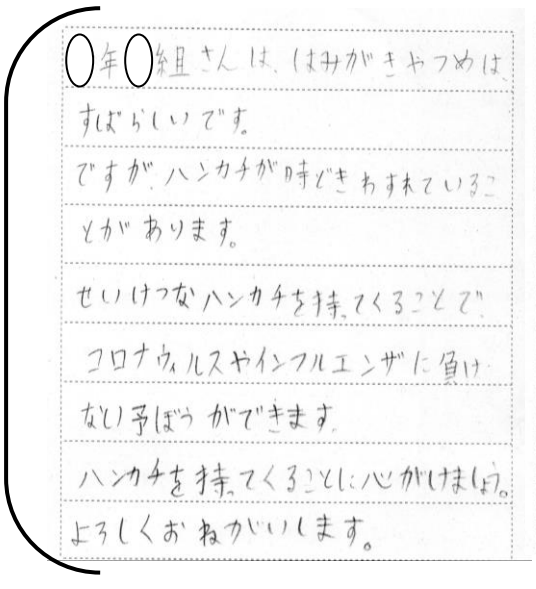
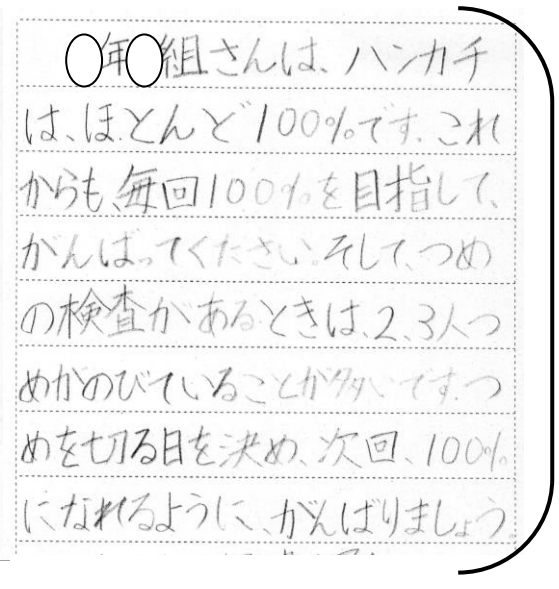
発症した後５日を経過し、かつ、解熱した後２日を経過するまで。

（病状により、学校医またはその他の医師において感染のおそれがないと認められる場合についてはこの限りではない。）

※　発症は医師の判断を優先し、医師判断がなければ医療機関受診日とします。受診翌日から１日と数えます。

症例	発症日	発症後						
（発症）	0日	1日	2日	3日	4日	5日	6日	7日
例1	発熱（受診日）	解熱	解熱後1日目	解熱後2日目	発症後4日目	発症後5日目		
	出席停止						登校可能	
例2	発熱（受診日）	発熱	発熱	発熱	解熱	解熱後1日目	解熱後2日目	
	出席停止							登校可能
例3	発熱（医師判断）	発熱（受診日）	解熱	解熱後1日目	解熱後2日目	発症後5日目		
	出席停止						登校可能	
例4	発熱（受診日）	発熱	発熱	解熱	解熱後1日目	解熱後２日目 発症後５日目		
	出席停止						登校可能	
例5	発熱（医師判断）	発熱	発熱（受診日）	解熱	解熱後1日目	解熱後２日目 発症後５日目		
	出席停止						登校可能	

【児童保健委員会の活動】

保健委員会の児童は、感染症が流行するこの時期、体の清潔や感染症予防の大切さについて、工夫しながら全校生に呼び掛けています。

毎週実施している清潔検査結果から、学級ごとにアドバイスをしました。