



令和6年12月16日
日高市立高萩小学校
養護教諭 矢島 緑

引き続き感染症にご注意ください



インフルエンザ

高萩小では先週末から発熱の子が増え、週明けにインフルエンザが急増しました。明日から学級閉鎖のクラスもあります。

もし、インフルエンザにかかってしまったら

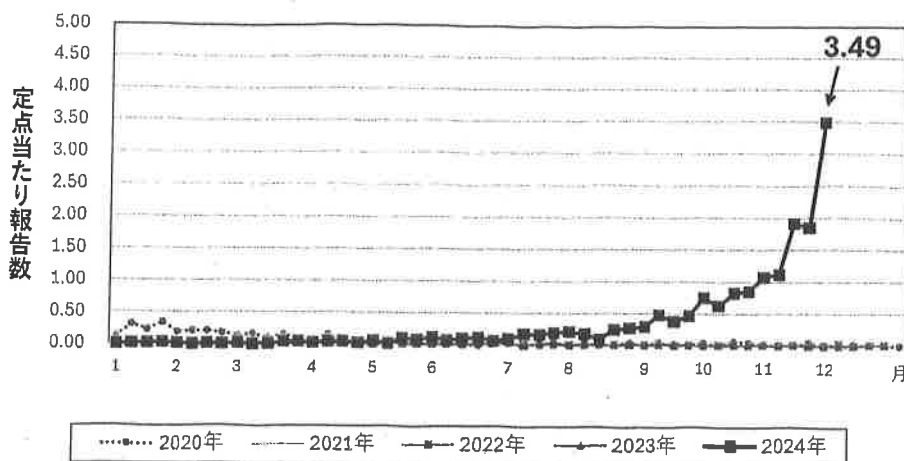
インフルエンザの最適な検査時期は、発症してから12時間後～48時間以内と言われています。早く診断がついて治療できた方が回復しやすくなります。インフルエンザの治療薬は内服薬と吸入薬があり、いずれも医師による処方箋が必要な薬です。発症から48時間以内に服用開始することで効果が期待できるとされています。

インフルエンザにかかったら		0日目	1日目	2日目	3日目	4日目	5日目	6日目	7日目
登校 できません 小学生以上では、「発症したあと5日を経過し、かつ、解熱したあと2日を経過するまで」出席停止です。									
	発症			解熱	1日目	2日目		登校OK	
	発症				解熱	1日目	2日目	登校OK	
	発症				解熱	1日目	2日目	登校OK	

伝染性紅斑(りんご病)

*埼玉県で流行警報が発令されました(12/4)

ウイルスによって起こる感染症です。潜伏期間は10～20日で、両頬の発疹に続いて、手や足に網目状の発疹が現れ、これらの発疹は1週間前後で消失することがほとんどです。大人では、両頬の赤い発疹は少なく、関節痛や頭痛などが出現し、関節炎症状により1～2日歩行が困難になることがありますが、ほとんどは自然に回復します。妊娠中に感染した場合、まれに胎児の異常(胎児水腫)や流産が生じる可能性があります。頬に発疹が現れる7～10日くらい前に微熱や風邪のような症状が見られ、この時期にウイルスが最も多く排泄されます。発疹が現れた時には既にウイルスの排泄はほとんどなく、感染力はほぼ消失していますので、全身状態がよければ登校は可能です。



寒い季節の換気テクニック

寒 い日に窓を開けると、急激に部屋の温度が低くなるので、暖房器具を工夫しながら換気しよう。

短時間、窓を全開にするよりも、一方向の窓を少しだけずっと開けっ放ししておくほうが室温の変化を抑えられます。

台所などの換気扇を使うと、室温を急激に下げることなく換気をすることができます。

暖房器具の近くの窓を開けると、窓から入ってくる冷えた空気がすぐにあたためられるのでオススメ。

カーテンなどの燃えやすいものは暖房器具から離そう（火災予防）

保健室から 保護者の方へ



二学期は行事がたくさんあり、それに向けてがんばる子どもたちの姿をたくさん見ることができました。

9月末頃からマイコプラズマ肺炎に罹患する子がじわじわ増え始め、長引く咳に体調を崩す期間も長かったことと思います。寒くなった今月からはインフルエンザに注意が必要です。流行期に入ったので、人がたくさんいる場でのマスク着用を、学校医の先生方は推奨しています。

年末年始は医療機関が休診となるため、急な発熱や体調不良への備えが必要となります。かかりつけ医の休診日や休日診療している医療機関を調べておくことや、抗原検査キット（薬事承認されたものがよい）や、解熱剤（アセトアミノフェン系は15歳未満でも服用できる）を購入しておく等、準備しておくといいでしょう。

けがや体調に気を付け、よい年をお迎えください。

真夜中に 年末年始に 突然の体調不良…そんなときは？

年末年始、医療機関がお休みの日に限って発熱したりケガをしたりする子どもたち。いざというときのために、電話で相談できる連絡先があります。



例

#8000

こども医療でんわ相談

休日・夜間に受診などの判断を迷ったとき、小児科医師・看護師に相談できます。全国統一の短縮番号です。

#7119

救急安心センター事業

急なケガや病気で救急車を呼ぶかどうかの判断に迷ったとき、専門家からアドバイスを受けられます。

※お住いの地域によっても異なりますので、調べておうちでも貼りだしておくのがおすすめです。