

ご用心！水ぼうそう(水痘)が流行っています！

水ぼうそうにかかる人が増えてきました。

38℃前後の発熱に相前後して小さい水疱のような赤い発疹が全身に多数でることが主な症状で、約1週間から10日で回復してきます。学校の第2種感染症に指定されていて、出席停止となります。出席停止期間は「すべての発疹が痂痂化(かさぶたになる)するまで」です。

感染経路は飛沫感染、接触感染、空気感染です。換気、マスクの着用、石けんをつけたこまめな手洗いなど、今まで行ってきた感染対策をしっかりとお願いします。



学校医 岩脇先生

予防接種を受けていない人は、今から予防接種を受けることで多少の免疫がつき、感染リスクを減らし、感染しても症状が軽度ですみます。また、今行っている感染対策をしっかりとすること、体調が悪い場合は無理をせず休み、早めに受診をすることが大切です。

水ぼうそうと診断を受けた場合は、学校までご連絡ください。学校から「出席停止のお知らせ」「登校許可証」をお渡しします。出席停止期間が終わったら「登校許可証(医師記入)」をもって登校してください。

🌸 お家の方へお願い かせ・インフルエンザの感染予防のために

- ・体調の悪い時は、無理をして登校させず、休ませてください。
- ・食事の前後、トイレの後、外から帰ったあとなどの手洗いの徹底。
- ・栄養(3色きちんととる/バランスのよい食事/ビタミンAとCの摂取が効果あり)
- ・休養(夜更かしせず、早く寝る)
- ・マスクの着用(マスクの点検もお願いします。サイズは合っていますか?紐はゆるんでいませんか?)
- ・部屋の加湿(湿度40%以上に)
- ・早めに医療機関を受診する。

🕒 ウイルスの入り口は 目・鼻・口



- 手で顔やマスクをさわらない。
- 石けんでていねいに手を洗う。

○インフルエンザにかかったら・・・

お子さんが「インフルエンザ」と診断されると、出席停止となります。停止期間は以下の通りですが、登校に際しては、保護者の方に記入していただく『治癒報告書』が必要です。担任までお知らせください。書類をお渡しします。

インフルエンザにかかったら

**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。

	0日目	1日目	2日目	3日目	4日目	5日目	6日目	7日目
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

抗インフルエンザ薬の効果で熱は下がっても、感染力は残るため、発症後5日を経過するまでは欠席が望ましいとされています。本人の回復の確認だけでなく、集団生活の中で感染の広がりを防ぐ、という意味があります。

🌀吐き気・嘔吐の対応について

冬期に流行しやすい感染性胃腸炎で主症状としてみられる吐き気・嘔吐。その他にも、食べすぎ・飲みすぎ・睡眠不足・服の締めつけなど、さまざまな原因で起こります。

もし吐いてしまった時は我慢せず、おさまるまで吐いてしまったほうがよいと言われています。そして、吐いた後は

- ①うがいをして残った嘔吐物を除去する。
- ②水分（スポーツドリンクなど）を補給する。
- ③楽な姿勢をとって休み、心身を落ち着かせる。

あわせて、他の症状（発熱・腹痛・頭痛の有無、便の状態など）をチェックしましょう。嘔吐以外の症状がはっきりと出ている場合は病院を受診してください。



