

保護者様

小林市立三松小学校
校長 満園真由美
養護教諭 永井みさ希

感染拡大防止のお願いについて

寒冷の候、保護者の皆様におかれましては、ますますご健勝のこととお喜び申し上げます。

さて、現在、本校におきましてインフルエンザ及び発熱等の症状による欠席者が増加しております。これ以上の感染を防ぎ、学校生活を維持していくためにも以下の内容をご確認いただき、学校だけでなく帰宅後も含めて感染拡大防止にご協力いただきますよう、よろしくお願い申し上げます。

記

1. 「うつらない」「うつさない」ための工夫

①朝、登校前に必ず検温をお願いします。

※先週から今週にかけて元気に登校してきた児童の中にも、朝から高熱の児童が複数いました。

②学校としてはマスクの活用を推奨します。使い慣れたマスクを必ず毎日持たせてください。

※マスクの着用の希望の有無に関しては各ご家庭でも共通理解を図っておいてください。

2. 潜伏期間を考慮した十分な休養

裏面に宮崎県薬務感染症対策課より発行されている「インフルエンザとは？」を添付しました。

インフルエンザの潜伏期間は1～3日とされています。現在は元気にしても、潜伏期間の可能性もあります。抵抗力を高めるためにも、十分な休養を心がけ、放課後の子ども同士の交流については、潜伏期間である可能性も考慮した過ごし方にご理解、ご協力をお願いします。

※学級閉鎖・学年閉鎖のお子様については自宅待機・自宅療養のため外出はできません。

3. 基本的な感染症対策

手洗い、うがい、屋内の換気(加湿)、十分な睡眠を徹底してください。

4. 受診と学校への連絡

①12月いっぱい、登校前に必ず検温をお願いいたします。

※登校している児童の中にも朝から高熱の児童も複数見られました。

②熱発等の症状がある場合は、病院受診をお願いします。また学校でインフルエンザA型及びB型が出ていることをお伝えください。

③インフルエンザの診断がでた場合は、電話もしくは欠席連絡フォームに入力をお願いします。その際、発症日と登校予定日をご記入ください。

インフルエンザとは？

1. インフルエンザとは？

- ・ 例年12月から3月頃を中心に発生します。
- ・ 子どもや高齢者では脳症や肺炎を併発する等重症化することがあるので注意が必要です。

2. どんなところで、何から感染するの？

○感染経路：飛沫感染、接触感染

感染した人の咳やくしゃみにより、飛沫とともに放出されたインフルエンザウイルスが鼻やのどの粘膜に付着したり、吸い込まれることによって感染します。また、インフルエンザウイルスが付着した物（ドアノブ等）を触れた手で鼻や目などに触れることによって感染します。



3. 症状は？

○潜伏期間：1～3日

○症 状：38℃以上の発熱、頭痛、関節痛、筋肉痛、のどの痛み、鼻汁、咳など
発症後2～5日間はウイルスが排泄されるといわれています。

4. 感染を予防するためには

○手洗い

- ・ 石けんを使って丁寧にこすり洗いをし、水で洗い流します。
- ・ 手洗後はペーパータオル等を使って手を拭きます。
タオルを使用する場合は、毎回タオルを交換するか、清潔な個人用タオルを使用します。
- ・ 水道の蛇口は、手と一緒に洗うかペーパータオルを利用して締めると、手の再汚染を防げます。



○咳エチケット

- ・ 咳やくしゃみが出る時はマスクを着用しましょう。
- ・ 咳やくしゃみをする時は他の人から顔をそらせてティッシュ等で口と鼻を覆いましょう。
- ・ 鼻汁や痰を含んだティッシュは、すぐに蓋のついたごみ箱や袋に捨て、その後は手を洗いましょう。

○適度な湿度の保持

- ・ 乾燥しやすい室内では、湿度を50～60%に保ちましょう。

○流行前のワクチン接種

- ・ インフルエンザワクチンは重症化防止に有効といわれています。

○その他

- ・ 体の抵抗力を高めるために、日頃から十分な休養と栄養摂取を心がけましょう。
- ・ 外出時は、人混みを避けましょう。

5. インフルエンザにかかったら

- ・ マスクを着用して医療機関を受診しましょう。
- ・ 受診の際は、事前に医療機関に相談し、受診方法を確認しましょう。
- ・ 発症から48時間以内であれば、抗インフルエンザウイルス薬が有効とされています。治療については主治医に相談しましょう。
- ・ 人混みへの外出を控え、無理をして学校や職場等に行かないようにしましょう。