



# 保健だより



H31.1.11  
稲羽中学校  
保健室

## 岐阜県内にインフルエンザ警報が発令されました！

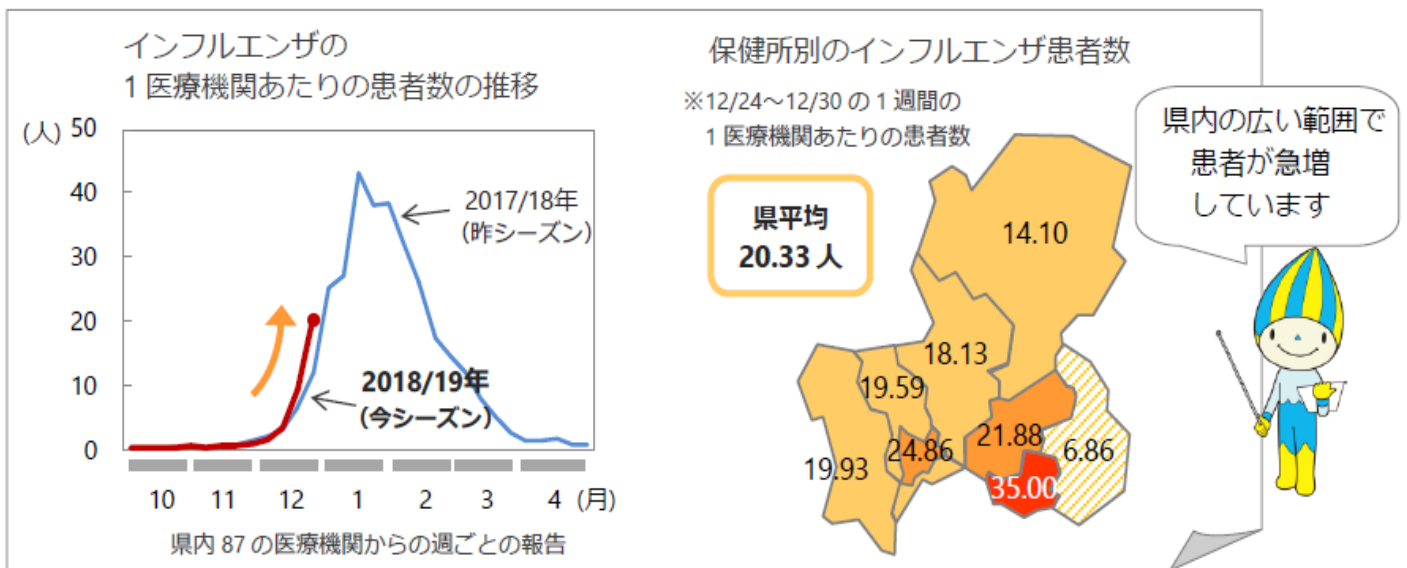


岐阜県内で、インフルエンザの患者が急増しているため、1月8日(火)、県内全域にインフルエンザ警報が発令されました。

東濃保健所管内(多治見市、土岐市、瑞浪市)の定点医療機関では、昨年12月24~30日の患者数が、基準の施設当たり30人を超えました。昨季よりも1週間早い警報発令となります。

県保健医療課によると、東濃保健所が35.00人、岐阜市が24.86人、可茂(美濃加茂市、可児市、加茂郡、可児郡)が21.88人。最少は恵那(恵那市、中津川市)の6.86人。県内の平均は20.33人でした。

昨年12月27日には同17~23日の患者数が岐阜市と東濃の両保健所管内で基準の10人を超え、注意報が出ていました。同課は「しばらく流行が続くと予想される。外出時のマスク着用や外出後の手洗いを徹底してほしい。」と呼び掛けています。(1/9 岐阜新聞朝刊より)



(ぎふ感染症かわら版より)

岐阜県リアルタイム感染症サーベイランスシステムによると、第49~52週(12月3日~12月30日)に報告された患者の迅速診断キットによるA・B型別割合は、A型が99%を占めており、今シーズンは現在のところA型が主流となっています。検出されたウイルスはAH1pdm09(2009/2010に流行した新型インフルエンザウイルス)が多く、次いでAH3(A香港型)のようです。

インフルエンザA型の主な症状は、急な38度以上の高熱、関節の痛み、筋肉痛、全身の倦怠感、全身の悪寒、頭痛、咳や痰やくしゃみなどです。

# インフルエンザ 各務原市内においても大流行

年末年始頃から、各務原市内のインフルエンザ患者が増加し、現在、大流行となっています。

稲羽中学校においても、かぜやインフルエンザによる欠席者が少しずつ増えている状況です。

予防の基本は、手洗い、うがい、換気…そして、十分な睡眠と栄養バランスのとれた食事です。

三連休中の家庭での過ごし方を考え（不要な外出は控える・手洗いとうがいの徹底・室内の換気等）、火曜日の朝、体調が悪い場合は、無理をせず家庭で休養しましょう。

## かからないために

- 外出後は手洗いを徹底する  
アルコール製剤による消毒も効果があります
- 栄養と睡眠を十分にとる
- 部屋の中は適度な湿度を保つ
- なるべく人ごみを避け、やむを得ず外出する場合はマスクを着ける



## インフルエンザ いつから登校していいの？

小・中・高校版

登校していいのは、この2つがそろった時

解熱後  
**2日**が経過している



発症後  
**5日**が経過している



※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）

発症とは…インフルエンザ症状（発熱や倦怠感・関節痛・咳・鼻水等）が始まった日で病院を受診した日ではありません。そのため、病院を受診された際に、医師に相談及び確認をする必要があります。（発症した後5日や解熱後2日には、土日祝日を含みます。）