

12月に入り、一段と寒くなりました。市内では、インフルエンザが流行しつつあります。今後も、せっけんでの手洗い、うがい、こまめな換気、規則正しい生活をして、インフルエンザや風邪予防をしましょう。

ノロウイルスの感染性胃腸炎に注意！

おう吐、腹痛、下痢などの症状があったら、ノロウイルスによる感染性胃腸炎かもしれません。ノロウイルスは11月頃から増え始め、12～1月は流行のピークです。ノロウイルスはとても感染力が強いのが特徴です。

予防しましょう

①手洗い・うがいをする

食事の前やトイレの後には、せっけんでしっかり手を洗いましょう！

②タオルやハンカチの貸し借りはしない

ノロウイルスは感染力が強いウイルスです。油断しないようにしましょう

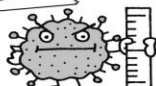
③吐いた時や、下痢でトイレを汚したら、すぐに先生に知らせる

ノロウイルスはおう吐物や便の中にたくさんいます。乾燥すると空気中に浮かんで感染を広げるので、専用の消毒液を使ってすぐに消毒します



インフルエンザウイルス

大きさ



インフルエンザウイルス… $0.1\mu\text{m}$
(1ミリの1万分の1)



くしゃみ・せきのしびき… $5\mu\text{m}$



花粉… $20\sim 30\mu\text{m}$

★細菌の大きさは、 $1\sim 50\mu\text{m}$ ぐらい。

インフルエンザウイルスが1mmだとすると…

くしゃみ・せきのしびきは、ゴルフボールぐらい

花粉は、バスケットボールぐらいの大きさです。

今シーズンも忘れないで！！ せきエチケット

せき・くしゃみの症状があるとき

- マスクをつける。
- ティッシュやハンカチを忘れずに持ち歩く。



せき・くしゃみが出そうになったら

- 口と鼻をおおう。
- 近くににいる人から顔をそむける。



せき・くしゃみの後は

- 使ったティッシュはゴミ箱に捨てる。
- 必ず手を洗う。



人体への侵入ルート



飛沫感染

感染者のせきやくしゃみのしびきに混じって飛び散り、空気と一緒にほかの人の体に入り込む。

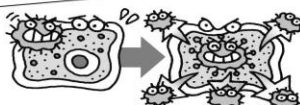
空気とともに吸い込まれたウイルスは、鼻やのどの粘膜の細胞に取りついて増殖。

発症



発熱・全身の痛み・強い頭痛…など。

生き方



ほかの生物の細胞にもぐり込み、自分の遺伝子をコピーして細胞を乗っ取り、仲間を増やしていく。

強み



毎年少しずつモデルチェンジするので、免疫細胞に覚えられにくい。

苦手なもの



●うがい・手洗い



●ワクチン※

※ワクチンには、発症や重症化を防ぐ効果が期待できます。



●健康的な生活で、免疫力を高めた体



出席停止についてのお知らせ

医師より、学校において予防すべき感染症の診断を受けられた際は、必ず、学校へお知らせいただき、予防ために医師の指示を守り、感染の恐れがある期間は登校を控えてください。

登校の許可が出ましたら、学校からお渡しする「出席停止の解除について」の用紙に保護者が記入し、学校へ提出していただくことで、罹患の確認をします。

そのため、病院の証明書（診断書）は不要です。

※インフルエンザでの出席停止の場合のみ、保護者の方からの連絡にて確認させていただきますので、学校からお渡しする「出席停止の解除について」の用紙の提出は、不要です。

医療機関でインフルエンザと診断された場合、5つのことをご連絡ください。

- ①受診した病院
- ②医師からインフルエンザと診断を受けた日
- ③インフルエンザの型
- ④医師からの指示（いつまで出席停止なのかなど）
- ⑤現在の症状

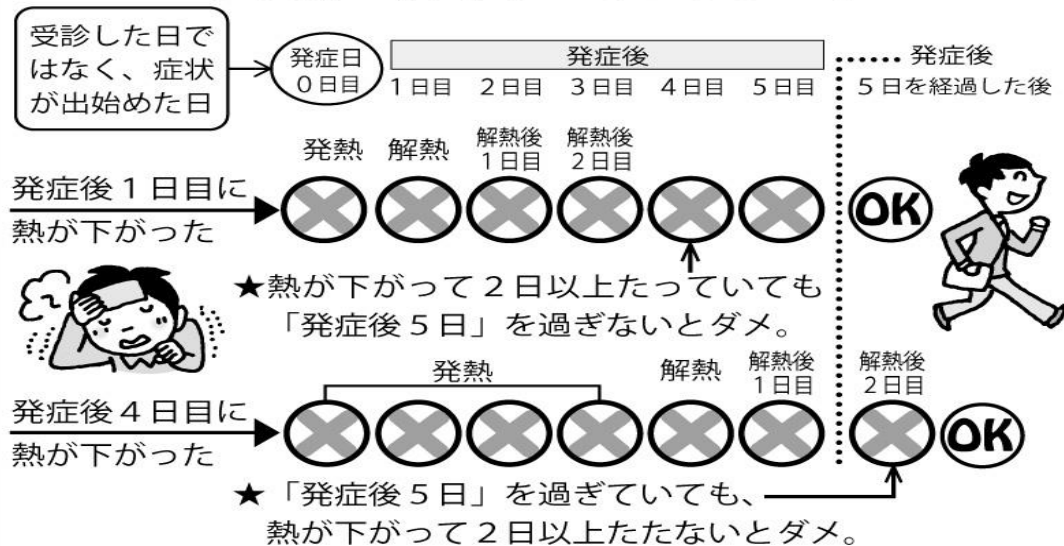
早わかり

インフルエンザの出席停止期間

インフルエンザと診断された場合の出席停止の期間は、法律^{*}で次のように定められています。

発症した後5日を経過し、かつ、^け解熱した後^{ねつ}2日（幼児にあっては、3日）を経過するまで

● 実際の例で考えてみると… ●



※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）