

家庭数

保護者様用

ほけんだより

2011・11・24

和歌山市立四箇郷北小学校

インフルエンザについて

去年のこの時期は、全国でインフルエンザが流行し、大きな話題になりました。

今年は、新型インフルエンザ及びインフルエンザの流行はまだ聞かれていませんが、これから、インフルエンザが流行する時期になってきます。ご家庭におきましても健康管理に十分留意し、予防に努めるようお願いいたします。

去年の和歌山市感染情報センターから発信されています「インフルエンザについて」の記事(抜粋)を載せていますので参考にして下さい。

風邪？インフルエンザ？新型インフルエンザ？

風邪は、ほとんどが色々なウイルスの感染によって起こる病気の総称です。くしゃみ、鼻水、せき、発熱などの症状が徐々に現れ、比較的軽症です。

また、インフルエンザは、インフルエンザウイルスにより起こり、普通の風邪とは異なり突然現れる高熱、頭痛、関節痛、筋肉痛など全身の症状が強いのが特徴で、併せて、のどの痛み、鼻水、咳などの症状がみられます。

新型インフルエンザは、インフルエンザと同様の症状ですが、ほとんどの人が免疫を持たない新しい型のインフルエンザウイルスが感染して起こる病気をいいます。

インフルエンザにかからないために

インフルエンザも新型インフルエンザも予防対策は同じです！

☆外出後には必ず手を洗いましょう。

☆「咳エチケット」をしましょう。

☆人ゴミや繁華街など、人の集まる場所へ外出はできるだけ控えましょう。

☆十分な休養、バランスの良い食事など規則正しい生活をしましょう。

インフルエンザかもしれない！

☆事前に「かかりつけの医師」など医療機関に電話をして指示を受けましょう。

☆受診時は、必ずマスクを着用しましょう。

インフルエンザと診断されたら！

☆医療機関の治療方針に従いましょう。特に重症でない場合は自宅療養となります。

☆安静にして、休養をとりましょう。特に睡眠を十分にとることが大切です。

☆水分を十分に補給しましょう。お茶、ジュース、スープなど飲みたいもので結構です。

☆他の人に感染しやすいので、会社・学校や塾・友人宅などに行かず、熱がでなくなったあと2日間は自宅療養して下さい。

学校から

インフルエンザと診断された場合は

出席停止扱いとなります。

欠席の際は、必ず学校に電話連絡を！！

医師に許可されるまで登校しないようにしてください。(インフルエンザの出席停止期間は『解熱した後2日を経過するまで』となっています。)

登校が許可されましたら、登校後、学校より『インフルエンザによる欠席届』(下記参考)をもらい、保護者が記入・捺印をして、学校に提出してください。

医師による「学校感染症証明書」や「治癒証明書」は必要ありません。

インフルエンザによる欠席届

年 組 氏名
月 日 医院(病院)で

インフルエンザ・インフルエンザ様かぜと診断
され、月 日 ~ 月 日まで、
欠席しましたのでお届けします。

お名前を記入してください。

和歌山市立四箇郷北小学校 様

平成 年 月 日

保護者 氏名

インフルエンザによる欠席届

用紙は学校にあります。

登校後、担任または保健室から
用紙をもらい、保護者が記入、捺印
をし、学校に提出してください。



インフルエンザは高熱を伴いますので、体調不良等の兆候がありましたら、まめに検温を行い、熱があがるようでしたら、早めに医療機関に受診していただくようお願いします。

*インフルエンザ以外の学校感染症の場合は、医師による「学校感染症証明書」が必要です。