

これからも続けよう、感染症予防！

11月は「溶連菌感染症」、「マイコプラズマ肺炎」、「伝染性紅斑（りんご病）」、「手足口病」等の報告がありました。

インフルエンザの流行シーズンを迎えましたが、四谷小では今のところインフルエンザは流行していません。

新宿区内の学校で、インフルエンザ様疾患で学級閉鎖を実施した学校がありました。インフルエンザの流行は近くまで来ているようです。体調が悪い時は無理をせず、ご自宅でゆっくり休養してください。



伝染性紅斑（りんご病）が流行、都内で警報基準

<伝染性紅斑（りんご病）とは>

- ◆ 両頬に紅い発疹、体や手・足に網目状の発疹がみられ、1週間程度で消失します。発疹が淡く、他の疾患との区別が難しいこともあります。
- ◆ 発疹が出現する7～10日前に、微熱や風邪のような症状がみられることが多く、この時期にウイルスの排出が最も多くなります。
- ◆ ウイルスが含まれた咳やくしゃみを吸い込んだり、手についたウイルスが口に入ったりすることで感染します。
- ◆ アルコール消毒が効きにくいいため、流水や石けんでこまめに手を洗い、自分専用のタオルで手を拭きましょう。
- ◆ 咳やくしゃみをする時には口と鼻をハンカチ等でおおう、場面に応じてマスクを着用する等の咳エチケットを心がけましょう。

3つの「くび」をあたためよう！

これらは、血管がひふの近くをとおっていて、寒いときに体の熱がにげていきやすいところです。ここをあためると血のめぐりがよくなるだけでなく、冷えをおさえることができ、体があたまるのです。寒さからしっかりガードしましょう！



くび
マフラーや
ネック
ウォーマーで
手くび
手ぶくろで
あし
足くび
ブーツや
くつしたで



インフルエンザの出席停止期間について

インフルエンザが流行する季節となりました。インフルエンザに罹った場合は出席停止期間が定められており「発症後5日を経過し、かつ解熱後2日を経過するまで」となっております。（発症日の翌日を1日目と数えます。）下記の表を参考にいただければと思います。

インフルエンザにかかったら	0日目	1日目	2日目	3日目	4日目	5日目	6日目	7日目
登校 できません	発症	発症	解熱	1日目	2日目	3日目	登校OK	
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。	発症	発症	解熱	1日目	2日目	3日目	登校OK	
	発症	発症	解熱	1日目	2日目	3日目	登校OK	

※インフルエンザについては「学校感染症治癒証明書（登校許可書）」の提出は不要です。