

インフルエンザが 流行しています。

インフルエンザは通常の風邪とは異なり、高熱が持続し、呼吸器症状とともに、強い倦怠感、筋肉痛などの全身症状も現れます。毎年、インフルエンザは11月頃より感染が拡大し春先には流行を終えるというパターンを示していました。けれども、新型コロナウイルスの感染が始まった2020年頃より、感染防御の習慣が広がったおかげでインフルエンザの大きな流行はありませんでした。しかし、今年インフルエンザの拡大が懸念されています。

現在も天草管内で、インフルエンザが流行しているようです。インフルエンザにかからないように、1人1人が感染対策をしましょう。「自分は病気に

負けないぞ!」という気持ちも大切です。疲れがたまっているときや、悩みがあり心が弱っているときには、病気になりやすいです。こころもからだも健康でいられるように、健康を意識した生活を送りましょう。



☆感染予防のポイント☆

手洗い・マスク・部屋の加湿・食事や睡眠をしっかり取る!

インフルエンザ感染症は出席停止となります。病院受診後は早めに学校へ連絡をお願いします。また、インフルエンザを疑う症状がある場合は、早めに病院を受診してください。

インフルエンザにかかったら

登校 できません

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。

0日目	1日目	2日目	3日目	4日目	5日目	6日目	7日目
☹️ 発症	☹️	😊 解熱	😊 ⁺ 1日目	😊 ⁺ 2日目	😊 ⁺	🏫 登校OK	
☹️ 発症	☹️	☹️	😊 解熱	😊 ⁺ 1日目	😊 ⁺ 2日目	🏫 登校OK	
☹️ 発症	☹️	☹️	☹️	😊 解熱	😊 ⁺ 1日目	😊 ⁺ 2日目	🏫 登校OK

ウイルスがきらいなことって?

ウイルスがきらいなことを考えてみよう。
みんなで実行すれば、
ウイルスに負けず元気に過ごせるはず!

手洗い
石けんを使って25秒ほど洗えば、約百万個のウイルスを数百個にまで減らせます

マスク
しぶきと一緒に広がるウイルスをとじこめます

適度な湿度
インフルエンザウイルスなら、湿度50~60%で感染力が弱まります

こまめな換気
空気を入れ替えて、室内のウイルスを追い出します

裏もあります。