

季節性インフルエンザの対応について

平素から本校の教育活動に御理解、御協力をいただき誠にありがとうございます。

現在、新型コロナウイルス感染症と季節性インフルエンザの同時流行が予想されております。校内での感染拡大を防ぐため、下記について御理解、御協力をお願いします。

記

1. 発熱等の症状が出ましたら、登校を控え、まずはかかりつけ医に電話相談をしてください。相談先が分からない場合やかかりつけ医等が対応できない場合は、「受診・相談センター」へ電話相談してください。
2. 医師から季節性インフルエンザと診断された場合は、速やかに学校へ連絡をしてください。
3. 医師から登校を許可された日に、医療機関を受診したことが分かるもの（領収書、診療報酬明細書、薬の説明書等の写し）を学校に御提出ください。
例年、医療機関が発行する証明書や感染症出席停止証明書を提出いただいておりますが、医療機関の負担軽減及び感染機会の低減のため証明書を取得する必要はありません。

《 参考 》

＜季節性インフルエンザの症状＞

季節性インフルエンザウイルスの感染を受けてから1～3日の潜伏期間後、38℃以上の発熱、頭痛、関節痛、筋肉痛などが突然現れ、咳や鼻水などの症状がこれに続き、1週間程で軽快するのが典型的な経過で、いわゆる「かぜ」に比べて全身症状が強いのが特徴です。

＜季節性インフルエンザの予防・治療について＞

- ・ 十分な睡眠・栄養・保温に心がけ、体調を整える。
- ・ 人混みへの外出をできるだけ避け、帰宅時は手洗い・うがいをする。（タオルは自分専用）
- ・ マスク、ティッシュを常備し、咳エチケットを心がける。（咳やくしゃみが出たら、他人にうつさないため、自分の感染予防のためにマスクを着用する。マスクのない場合はティッシュなどで口と鼻を押さえ、他の人から顔をそむけて1m以上離れる。使ったティッシュは袋に入れて捨てる。）
- ・ 室内の加湿に心がけ、鼻や粘膜の乾燥を防ぐ。（インフルエンザウイルスは寒さ・乾燥を好む）
- ・ 部屋の窓を開け換気をする。（1時間に1回、3分間で室内の空気が入れ代わる。）
- ・ インフルエンザの予防接種をする。（予防と重症化防止のために）