

ほけんだより

令和7年12月16日
美杉小学校保健室No.14



1・2年生がインフルエンザで学年閉鎖です

昨日1・2年生でインフルエンザによる複数名の欠席及び体調不良の子がいたため、12月16日(火)～19日(金)は、1・2年生の学年閉鎖を行います。津市内の学校でも、インフルエンザでの欠席者は450名ほどいます。

今冬流行しているインフルエンザA型の9割以上が、変異株のサブクレードKと言われています。例年のA型と比べると、熱や咳が長引く傾向があるようです。子どもがインフルエンザに感染した場合、特に注意が必要なのが、異常行動です。薬の服用の有無や種類にかかわらず、発熱から2日間は窓からの飛び降りなどの異常行動を起こすことがありますので、子どもを一人にせずに見守ってください。

体内に入ったウイルスは、1個のウイルスが24時間後には100万個になるほど、非常に早く増殖します。インフルエンザにかかるしまったら、体内にいるインフルエンザウイルスの増殖を防ぐ「抗インフルエンザウイルス薬(タミフルやリレンザ)」の服用が有効です。急な高熱などの症状が出たら、早めに病院に行きましょう。

インフルエンザとかぜの違い



	インフルエンザ	かぜ
症 状	<ul style="list-style-type: none"> ・急に高い熱が出て寒気がする ・強い頭痛 ・全身がだるくなる ・筋肉や関節の痛み ・くしゃみ、鼻水、せき、のどの痛み 	<ul style="list-style-type: none"> ・くしゃみ、鼻水、せき、のどの痛み
発 熱	・38℃～40℃	・37℃～38℃
出席停止	・発症したのち5日を経過し、かつ解熱後2日を経過するまで	・なし

がくねんへいさ

1・2年生がインフルエンザで学年閉鎖です

昨日1・2年生でインフルエンザによる複数名の欠席及び体調不良の子がいたため、12月16日(火)～19日(金)は、1・2年生の学年閉鎖を行います。津市内の学校でも、インフルエンザでの欠席者は450名ほどいます。

今冬流行しているインフルエンザA型の9割以上が、変異株のサブクレードKと言われています。例年のA型と比べると、熱や咳が長引く傾向があるようです。子どもがインフルエンザに感染した場合、特に注意が必要なのが、異常行動です。薬の服用の有無や種類にかかわらず、発熱から2日間は窓からの飛び降りなどの異常行動を起こすことがありますので、子どもを一人にせずに見守ってください。

体内に入ったウイルスは、1個のウイルスが24時間後には100万個になるほど、非常に早く増殖します。インフルエンザにかかるしまったら、体内にいるインフルエンザウイルスの増殖を防ぐ「抗インフルエンザウイルス薬(タミフルやリレンザ)」の服用が有効です。急な高熱などの症状が出たら、早めに病院に行きましょう。

自分のために
みんなのために

カゼ インフルエンザ

協力して流行を防ごう



- バランスのとれた食事
- 適度な運動
- 十分な睡眠

- 予防接種

抵抗力を高める



十分な睡眠

感染症予防の3原則



感染源の除去