

## インフルエンザの集団発生を防ぐために

富士北稜高校保健室

○感染症の対応は予防が第一です。「手洗い・うがい・質の良い睡眠と食事」を心がけましょう。ですが、発病してしまったら早期受診と医師による処方薬・栄養・十分な睡眠をとることが重症化を防ぎ、回復を早めます。

また、症状があるにも関わらず登校することは、一緒に集団生活をしているクラスメイトや部活動の仲間に感染させ**集団発生を引き起こす**こととなります。一人ひとりが自分の健康管理に責任を持ちましょう。



1. インフルエンザの疑いがある場合は、登校する前に受診する。登校後に疑いがある場合は、早退して受診する。

### 【主な症状】



発熱：37.5℃以上ある＋寒気・頭痛・のどが痛い・咳が出る・鼻水・だるい等

高熱：38.0℃以上ある＋寒気・頭痛・関節痛・だるい等

属する集団に発病者がいる＋微熱がある：37.1℃以上ある＋頭痛・のどが痛い

\*体調不良を感じたら、まず熱を測ってみることを習慣にすること

2. 部活動で発病者が出た場合は、診断された部員の活動日や内容を確認する

- ・前日も一緒に練習し、密封された場所で30分以上一緒にいた
- ・2～3日前に試合等で校外へ行き、移動車中に30分以上一緒にいた
- ・室内競技で部員同士の接触が多い、密封された空間での活動をしている

(部活動は症状のある部員を活動させずに帰宅させる指導が感染拡大を防ぐ)

\*感染拡大を防止するため、顧問は管理職と協議のうえ部活動を自粛する

### <証明書の提出>

- ・インフルエンザが診断された場合は自宅で十分休養をとり治療に専念する。医師からの登校許可を確認できる「証明書」を提出させる。証明書の提出をもって「出席停止」の処理を行う。

(学校の用紙は職員室・保健室にあります。学校ホームページからダウンロード可能)

\*治療薬により高熱はすぐに治まるが、**ウイルスの感染力は続いている**ため、発症した後5日を経過し、かつ、解熱した後2日(幼児は3日)を経過するまでを出席停止期間とした。 学校保健安全法施行規則の一部を改正 平成24年3月

出席停止に関わる証明書

×月×日～×月×日

△日より登校可能

〇〇〇クリニック

学級閉鎖の目安!

一つの集団で2～3割が同時  
期に発症(8～12人の欠席)