

インフルエンザ(疑い含む)流行時の対応

保健指導係

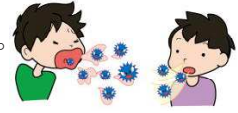
インフルエンザについて知ましょう！！

●インフルエンザウイルスはどこから？

→インフルエンザ感染者の飛沫（咳、くしゃみのしぶき）、鼻水、痰のなかに含まれています。

●インフルエンザウイルスが体に入るときに入り口（感染経路）はどこ？

→目、鼻、口の3カ所です。粘膜（ヌルヌル）で覆われたところが入り口です。



●インフルエンザウイルスはどんなタイミングで体の中に入る？

→飛沫感染（最多）…咳やくしゃみの飛沫（しぶき）を吸い込んだ

→接触感染…ウイルスに汚染されたモノ（飛沫が付着したモノ、ウイルスが付いた手で触れたモノ）を触った手から、目・鼻・口の粘膜にウイルスが付着した

※インフルエンザウイルスがモノの表面上で生存し、人への感染力があるのは2～8時間です。（米国CDC資料より）

<インフルエンザウイルスを体の中に入れない（感染経路対策）>

- 登下校時の手指消毒…昇降口でアルコールをワンプッシュ消毒
- 手洗い（石けんを使う）＋うがい
- 咳エチケットの励行
- マスクの着用…咳、くしゃみ症状がある場合は必ず着用する
- 教室内の換気の励行…教室＋廊下側の窓、両方1カ所以上、2，3分開放
- 加湿器使用による湿度維持…湿度50%以上
- 戸、スイッチ、ボタン、机・椅子等の拭き掃除＋アルコール消毒

「咳エチケット」とは

- ◆ 咳やくしゃみをする場合は、ハンカチ、タオル、ティッシュ等で口を覆い、他の人から1m以上離れて飛沫を浴びせないようにすること。
- ◆ ハンカチ、ティッシュ等がない場合は、手のひらではなく、肘の内側で口を覆うこと。
- ◆ 手のひらで咳やくしゃみを受け止めた時はすぐに手を洗うこと。

<その他の予防対策・欠席状況により継続>

- 給食は前向きの座席
- 学級清掃（縦割り清掃の見合わせ）
- 部活動の実施については状況により判断（校長指示）

<帰宅後の生活について（家庭へ）>

- 予防接種を受けましょう。
- 十分な栄養と睡眠をとり、体の免疫力を高めておきましょう。
- 手洗い、うがいを励行しましょう。（とくに外出後）
- 不要不急の外出は避け、人ごみはなるべく避けましょう。
- 外出時はマスクを着用しましょう。
- 登校前の健康状態に注意し、登校前に37.0℃（または平熱＋1℃）以上あるときは登校を控えましょう。症状がある場合は受診しましょう。
- インフルエンザにかかっている家族がいる場合は担任に報告しましょう。

