

保護者の皆様

玉里善き牧者幼稚園

インフルエンザ流行についてのお知らせ

鹿児島市では、インフルエンザによる学級閉鎖の報道がなされています。
玉里善き牧者幼稚園児も熱発で休む子も増えてきました。幼稚園で蔓延しないかと心配いたしています。

当幼稚園でも予防に十分に気をつけていますが、保護者の皆様も子ども達の健康管理にお気をつけて頂き、もし、少しでも疑わしい症状が見られましたら登園を見合わせ、早めに医師の診断を受けるようにして下さい。

記

1 インフルエンザは、このように感染します

インフルエンザウイルスは、患者さんのくしゃみやせきの飛沫を直接吸い込んで感染する場合と、床などに落ちたウイルスが、ほこりとともに舞い上がって空中にただよい、それを吸い込むことによって感染する場合があります。例年1月から2月に患者数がピークに達します。

2 インフルエンザの症状

インフルエンザにかかると39度以上の発熱、頭痛、関節痛、筋肉痛など全身の症状が強く、あわせて、のどの痛み、鼻汁などの症状も見られます。さらに気管支炎、肺炎などを併発し、重症化することが多いのもインフルエンザの特徴です。

3 インフルエンザの予防法

- (1) 外出先から帰ってきたときや、食事の前には、手をよく洗い、うがいしましょう。(幼稚園での給食前は、「石けん手洗い」→「水洗い」→「アルコール消毒」)
- (2) 必要などき以外は、人混みを避けましょう。
- (3) 睡眠など休養をとり、栄養に気をつけましょう。
- (4) インフルエンザの予防接種を受けましょう。

4 インフルエンザにかかってしまったら

- 安静にして栄養をとりましょう。他の人にうつさないという意味でも重要です。
- 水分を十分に補給しましょう。お茶、ジュース、スープ、お味噌汁など飲みたいもので結構です。
- 部屋の室温を20～22度、湿度60～70%程度に保ちましょう。
- 1時間に5分くらいは窓を開け換気をしましょう。
- 消化の良い栄養のあるものを食べましょう。
風邪だと考えずに、早めに医療機関を受診して治療を受けましょう。

※ インフルエンザを発症した子につきましては、「解熱後2日経過するまで」は登園を控えて下さい。

ノロウイルスに気をつけてください!

あちこちで感染力の強いノロウイルスを原因とする「おう吐」や「下痢」などの健康被害が発生しています。

当幼稚園でも予防に十分に気をつけていますが、ご家庭でもノロウイルスを正しく知って感染を予防しましょう。

もし、少しでも疑わしい症状が見られましたら登園を見あわせ、早めに医師の診断を受けるようにして下さい。

感染予防の基本は「手洗い」です!!

ノロウイルスは、ほとんどの場合、口から体内に入って感染（経口感染）します。

食事の前やトイレの後などに、石けんでしっかり手を洗うことは、ノロウイルスの感染予防に大変有効です。



感染した人のふん便やおう吐物などを処理するときは、手袋を着用するなど直接触れないように注意しましょう。

また、処理した後は、石けんでしっかり手を洗い、うがいをしましょう。

手を洗う時は、腕から指先まで、しっかり、てていねいに、こすり洗いしましょう。

◆ 感染の原因として、大きく2つのパターンが考えられます。

(1) ノロウイルスに感染した人の「ふん便」や「おう吐物」などから感染する場合

- ・ ふん便などの処理が不適切だったり、タオルの共用などにより、手指がノロウイルスに汚染され、その手指が口に触れて … (感染!)
- ・ 床などに残ったおう吐物などが乾燥してノロウイルスが空中を漂い、これを吸い込んで … (感染!)

(2) ノロウイルスに汚染された食品を食べて場合 (食中毒)

- ・ 調理する人がノロウイルスに感染しているなど、食品を取り扱う人を介して汚染された食品を食べて … (感染!)

- ・ ノロウイルスに汚染された貝類を、生や加熱不十分のまま食べて
… (感染!)

◆ ノロウイルスに感染すると

潜伏期間（感染してから発症するまでの時間）は24～48時間で、おもな症状は、吐き気・おう吐・下痢・腹痛です。発熱は軽度です。

通常、これらの症状が1～2日続いた後、特別な治療を必要とせず治ります。後遺症也没有ありません。