

保護者様



平成30年10月25日

白井保育園

園長 嶋本 賢修

保管用

インフルエンザに注意!

インフルエンザの流行がはじまります。予防接種は済みましたか?本格的な流行に備えて予防接種を済ませましょう。家族みんなでインフルエンザ予防に取り組み、冬を元気に過ごしましょう。

インフルエンザ予防のポイント

1) 予防接種

・幼児は2回の接種となり、予防接種の効果が出るまでに2週間程度かかります。早めに接種をはじめましょう。

2) 外出後の手洗い・うがい

・石けんで、しっかり手を洗いましょう。

・インフルエンザには、手指の消毒にアルコールを含んだ消毒液を利用するのも効果的です。

3) 適度な湿度の保持

・室内の湿度は60%前後に保ちましょう。

・1時間に1回程度換気しましょう。

4) 十分な休養とバランスのとれた栄養摂取

5) 人混みや繁華街への外出を控える

・外出するときにマスクを着用するのもよいでしょう。



★インフルエンザと風邪の違い

インフルエンザ	風邪
<ul style="list-style-type: none"> ・38℃以上の高熱、頭痛、関節痛、筋肉痛などの全身の症状が突然あらわれる ・重症化して、肺炎や急性脳症になることもある 	<ul style="list-style-type: none"> ・のどの痛み、鼻汁、くしゃみや咳などの症状が中心 ・発熱はインフルエンザほど高くないことが多い

◎インフルエンザと風邪は違います。インフルエンザかなと思ったら、マスクをつけてすぐ受診しましょう。

◎診断されたら安静にして、休養を十分とりましょう。

★インフルエンザの登園基準

発症後5日を経過し、かつ解熱後3日を経過した後です。(幼児の場合であり、学校とは異なります)

	発症日 (0日目)	1日目	2日目	3日目	4日目	5日目	6日目	7日目
発症後1日目に解熱した場合	発熱	解熱	解熱後1日目	2日目	3日目		登園可能	
発症と3日目に解熱した場合	発熱			解熱	解熱後1日目	2日目	3日目	登園可能

◎発症後5日頃までは感染力が残っている可能性があります。症状が落ち着いてもウイルスを出しているので、家庭内でうつらないようマスクを着用し、手洗いをしっかりしましょう。

◎インフルエンザと診断されたら、保育園にお知らせください。登園する際は、医師の記入が必要な意見書が必要となります。保護者記入欄もありますので、上記の表を参考にして記入して下さい。