

## インフルエンザのお知らせ

### かぜとインフルエンザのちがい

**かぜ**

はなみず はな 鼻水・鼻づまり  
せき・くしゃみ  
のどのいたみ  
ゆるやかに進行する  
ねつ 熱はあまり高くない

**インフルエンザ**

さむけ  
だるさ  
ねつ 熱が高い(38度以上)  
づつつ 頭痛  
きんにく かんせつ 筋肉や関節のいたみ  
まほうげき 急激に進行する

市内小学校でインフルエンザの児童が急に増えました。インフルエンザに関する情報を、以下にお知らせしますのでご覧ください。

手洗い、うがい、換気、マスク着用、規則正しい生活など、自分のできる予防を心がけましょう。

### 【インフルエンザと診断されたら】

インフルエンザと診断された場合、欠席ではなく出席停止となります。すみやかに学校へ連絡をお願いいたします。また、薬の服用により異常行動を起こすことがあるという報告があります。インフルエンザの治療が開始された後、少なくとも2日間はお子さんが一人にならないように配慮してください。万一、異常行動が発生した場合、容易に外へ飛び出さないための対応をお願いします。詳しく知りたい方は、厚生労働省ホームページ「インフルエンザQ&A」をご覧ください。

<https://www.mhlw.go.jp/bunya/kenkou/kekakaku-kansenshou01/qa.html>

## 熱が下がった！でもウイルスは...？

医師からインフルエンザと診断されると、学校は「出席停止」扱いになり、登校することができません。現在、登校のための基準は『発症した後5日を経過し、かつ、解熱した後2日（幼児にあっては、3日）を経過するまで』と定められていますが、このように変更された背景のひとつには、抗インフルエンザ薬の普及があります。抗インフルエンザ薬は主にウイルスの増殖を抑える効果があるものの、ウイルス自体をやっつけるわけではありません。薬を使用して熱が下がった後もウイルスはしばらく体内に残り、せきやくしゃみで周囲に飛び散ります（マスクをつけることで感染拡大を防げます！）。薬の効果で症状がおさまって楽になると「完全に治った」と思いがちですが、基準をもとに医師の指示に従い、快復に努めましょう。

### 【インフルエンザの出席停止期間はいつまで？】

## インフルエンザ!?

### 登校再開はいつになる？

原則 発症後、5日を経過し、かつ解熱後2日を経過するまで出席停止です。

※1 発熱中 ※2 解熱 ※3 登校可能

発熱期間	0日目	1日目	2日目	3日目	4日目	5日目	6日目	7日目
2日間	発熱	発熱	発熱	発熱	発熱	発熱	発熱	発熱
3日間	発熱	発熱	発熱	発熱	発熱	発熱	発熱	発熱
4日間	発熱	発熱	発熱	発熱	発熱	発熱	発熱	発熱
5日間	発熱	発熱	発熱	発熱	発熱	発熱	発熱	発熱

※1 発症日翌日を1日目と数えます。  
 ※2 発症から5日を経過しても、解熱してから2日を経過しなければ登校はできません。  
 ※3 表中の「発熱期間」の最後の日に解熱したとします。

インフルエンザの出席停止日数の数え方はとてもややこしいです。ポイントは、発熱した日を0日目と数えることです。発熱した日は1日目ではありません。また、すぐに熱が下がっても発症から最低5日間は登校することができません。受診した病院の医師の指示に従ってください。わからない場合は、学校までご連絡ください。