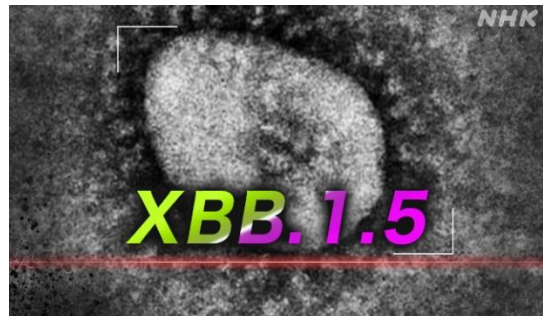


ほけんだより

1月号
尾道市立高西中学校
令和5年1月16日

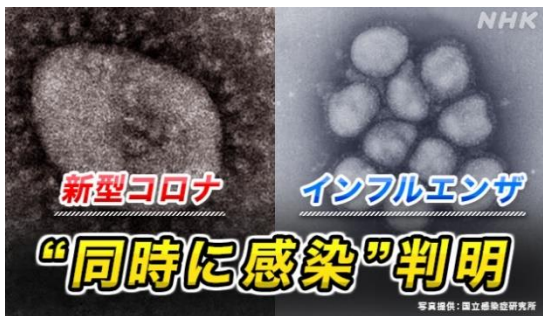
令和5年（2023年）が始まりました。今年の干支はウサギです。兔という字が含まれる四字熟語に「兎走烏飛」（とそううひ）というものがあります。兔は日，烏は月を表し，月日があっという間に過ぎることを意味しています。新年が始まったばかりですが，時間はあっという間に過ぎていきます。今年も充実した一年になるよう，目標を持って取り組みましょう。

現在の感染症（新型コロナ，インフルエンザ）流行状況



最近よく聞く「XBB」とは？

- オミクロン株の「BA.2」の仲間。
- アメリカでは「XBB」と「XBB.1.5」を合わせて感染者全体の32.5%を占める。日本でも次第に増えてきた。
- これまで流行したウイルスよりも免疫をすり抜けやすい。感染のしやすさも高まっている。警戒が必要なウイルス。



インフルエンザの流行期にも入りました。実際に身近にインフルエンザA型の発生もみられます。稀ではありますが，新型コロナとインフルエンザの同時感染の例もあります。寒い冬は感染症の流行が起こりやすい時期です。一人ひとりが意識をして予防に努めましょう。

新型コロナもインフルエンザも呼吸器の感染症でとるべき対策は大きく変わりません。

- ▼発熱などの症状 ⇒ 人との接触を避ける。⇒ 休養が重要。
- ▼手指の消毒。
- ▼人と近い距離で会話 ⇒ マスクを着用。
- ▼換気を徹底。



要チェック! インフルエンザの「注意報」「警報」

インフルエンザにも「注意報」「警報」があるのを知っていますか。これは気象に関する注意報・警報と同様に，日本各地でどのくらいインフルエンザが流行しているかを示すものです。国立感染症研究所感染症情報センターが全国約5000か所を受診したインフルエンザ患者数をもとに，流行の様子を県単位に色分けで示した「インフルエンザ流行マップ」を発信しています。学校からも常に新しい流行状況についてお知らせしてきますが，こうした情報も，外出などの予定がある場合などに活用できますね。



「濃厚接触者」となった場合の待機期間

広島県 H.P> 広島県感染症・疾病管理センター(ひろしまCDC)
> 新型コロナウイルス感染症患者の濃厚接触者について

濃厚接触者の待機期間の考え方(母、夫、子と同居しているAさんの場合)

濃厚接触者	0日目	1日目	2日目	3日目	4日目	5日目	6日目	7日目	8日目	9日目	10日目	11日目
発症者 母	発症	診断				症状軽快			療養解除、外出可能			
濃厚接触者 母		0日目	1日目	2日目	3日目	4日目	5日目	6日目				
濃厚接触者 夫		感染対策 徹底										
濃厚接触者 夫		0日目	1日目	2日目	3日目	4日目	5日目	6日目	7日目	8日目	9日目	
濃厚接触者 子と同居 Aさん		感染対策 子と同居	発症 診断						症状軽快			
濃厚接触者 子と同居 Aさん		0日目	1日目	2日目	3日目	4日目	5日目	6日目	7日目	8日目		
濃厚接触者 Aさんと別室の子		感染対策 Aさんと別室	感染対策 Aさんと別室									
濃厚接触者 Aさんと別室の子												

患者との最終接触日を0日として5日間(6日目から復帰可能)

検査陽性者の発症日(無症状の場合は検体採取日)又は住居内で感染対策※を講じた日のいずれか遅い方を0日目とし，5日間(6日目に終了)

別の同居家族が陽性となった場合は，改めてその発症日(無症状の場合は検体採取日)を0日目として起算

※日常生活を送る上で可能な範囲での，マスク着用，手洗い・手指消毒の実施，物資等の共用を避ける，消毒等の実施等

このサイトには，濃厚接触の場合の待機期間を算出するツールがありますので，もしみなさん自身が濃厚接触者となった場合には，家族の人に確認しながら実際の日付を入力し，いつから登校できるのか把握しましょう。

