

ほけんだより

がつごう
12月号



R6.12 徳島文理小学校 保健室

はやいもので、2024年も残り1カ月となりました。日に日に寒さが増し、冬の訪れを感じます

ね。気温が下がり、空気が乾燥すると、ウイルスの生存率が上がるため、様々な感染症が流行

します。今年は、まだ、昨年ほどインフルエンザの流行はみられませんが、引き続き、手洗いや

消毒、換気などの対策をしっかりとって、元気に終業式を迎えましょう!!



まだまだ「新型コロナウイルス感染症」も心配ですが、

冬は他の感染症にも注意が必要です!



	マイコプラズマ肺炎	インフルエンザ	ウイルス性胃腸炎
病原体 (ウイルス)	肺炎マイコプラズマ 〔※多くの場合は気管支炎、 一部肺炎など重症化〕	インフルエンザウイルス	・ノロウイルス ・ロタウイルス
潜伏期間	2~3週間	1~3日	ノロ: 1~2日 ロタ: 1~3日
感染経路	飛沫感染 接触感染	飛沫感染 接触感染	飛沫感染、接触感染 経口感染
主な症状	発熱、倦怠感、頭痛、咳など 解熱後も咳が続く	風邪の症状に加えて頭痛、 関節痛、全身倦怠感など	嘔吐、下痢、腹痛など ロタは加えて発熱、脱水症状
登校基準	急性期は出席停止 解熱後、咳などの症状が 治まれば登校可	「発症後5日を経過、 かつ解熱後2日を経過 するまで」は出席停止	「病状により、医師が感染の おそれがないと認めるまで」 は出席停止

ちが どう違うの?

レベル ↑

めっきん 滅菌	ウイルスや菌をほとんどなくす	
さっきん 殺菌	菌をある程度やっつける	
じょきん 除菌	菌の数を減らす	
こうきん 抗菌	菌が増えないようにする	

たとえば



★どの感染症も基本的な感染防止対策は同じです!



てあら 手洗い・うがい	えいよう 栄養のある食事	うんどう 運動	すいみん 睡眠
しゅし 手指消毒	かんき 換気	マスク(人混み等)	かじつ 加湿

	しんがた 新型コロナウイルス感染症	ひやくにちぜき 百日咳	ましん 麻疹
びょうげんたい 病原体 (ウイルス)	・しんがた 新型コロナウイルス (SARS-CoV2)	ひやくにちぜききん 百日咳菌	ましん 麻疹ウイルス
せんぶくきかん 潜伏期間	2~7日	5~10日	10~12日
かんせんけいろ 感染経路	エアロゾル感染 飛沫感染、接触感染	ひまつかんせん 飛沫感染 接触感染	ひまつかんせん、せつしよくかんせん 飛沫感染、接触感染 くうきかんせん 空気感染
おも しやうじやう 主な症状	こきゅうきしょうじやう 呼吸器症状、倦怠感、頭痛、 みかく・ききかくいじしょう 味覚・嗅覚異常、咽頭痛など	とくゆう 特有の咳が長期間続く 発熱することは少ない	しよきは 初期は風邪症状、再度高熱が出るととも に、口内にコプリック斑、顔や全身に発疹
どうこうきじゆん 登校基準	「発症後5日を経過、 かつ軽快後1日を経過 するまで」は出席停止	「特有の咳が消失するまで、又は 5日間の適正な抗菌薬療法による 治療が終了するまで」は出席停止	「解熱した後3日を経過する まで」は出席停止

	ようれんきんかんせんしやう 溶連菌感染症	てあしくちびやう 手足口病	でんせんせいこうはん 伝染性紅斑(りんご病)
びょうげんたい 病原体 (ウイルス)	ようれんきん 溶連菌	エンテロウイルス	ヒトパルボウイルス
せんぶくきかん 潜伏期間	2~7日	2~7日	4~14日
かんせんけいろ 感染経路	ひまつかんせん、せつしよくかんせん 飛沫感染、接触感染 けいこうかんせん 経口感染	ひまつかんせん、せつしよくかんせん 飛沫感染、接触感染 けいこうかんせん 経口感染	ひまつかんせん 飛沫感染 せつしよくかんせん 接触感染
おも しやうじやう 主な症状	ほつねつ 発熱、咽頭痛、咽頭発赤、 リンパ節腫脹、イチゴ舌など	こうくうねんまく 口腔粘膜、手のひら、足の裏 など四肢末端に水疱性発疹	かぜしやうじやう 風邪症状のあと、両頬に 境界鮮明な紅い発疹
どうこうきじゆん 登校基準	有効な抗菌薬内服開始後 24時間経過し、全身状態が 良ければ登校可	ほつねつ 発熱がなく、全身状態が良 ければ登校可	ほつねつ 発熱がなく、全身状態が良けれ ば登校可 ※発疹出現時、感染力はほぼ消失

	りゅうこうせいじかせんえん 流行性耳下腺炎	ふうしん 風疹	すいどう 水痘
びょうげんたい 病原体 (ウイルス)	ムンプスウイルス	ふうしん 風疹ウイルス	すいどうたいじやうほうしん 水痘帯状疱疹ウイルス
せんぶくきかん 潜伏期間	16~18日	16~18日	14~16日
かんせんけいろ 感染経路	ひまつかんせん 飛沫感染 せつしよくかんせん 接触感染	ひまつかんせん 飛沫感染 せつしよくかんせん 接触感染	ひまつかんせん 飛沫感染 くうきかんせん 空気感染
おも しやうじやう 主な症状	ほつねつ 発熱、唾液腺(耳下腺・顎下 腺・舌下腺)の腫脹、疼痛	ほつしん 発疹が顔や頸部から全身へ 発熱、リンパ節腫脹、倦怠感	ほつしん 発疹が顔や頭部から全身へ 紅斑→丘疹→水疱→痂皮化
どうこうきじゆん 登校基準	「耳下腺、顎下腺又は舌下腺の腫脹 が発現した後5日を経過かつ全身 状態が良好になるまで」は出席停止	「発疹が消失するまで」は 出席停止	「全ての発疹が痂皮(かさぶた) 化するまで」は出席停止

	ヘルパンギーナ
びょうげんたい 病原体 (ウイルス)	コクサッキーウイルス
せんぶくきかん 潜伏期間	2~4日
かんせんけいろ 感染経路	ひまつかんせん、せつしよくかんせん 飛沫感染、接触感染 けいこうかんせん 経口感染
おも しやうじやう 主な症状	ほつねつ 発熱、咽頭痛、咽頭発赤、 口内に水疱、破れて疼痛
どうこうきじゆん 登校基準	ほつねつ 発熱がなく、全身状態が良 ければ登校可

■飛沫感染:咳などで出た飛沫を吸い込んだり、
飛沫が鼻や目などの粘膜に付着した
りすることで感染。

■エアロゾル感染:ウイルスが、霧のような細かい粒
子となって一時的に空气中を漂
い、それを吸い込むことで感染。

■空気感染:感染者の飛沫が蒸発して、さらに小
さくなった飛沫核を吸い込むことで
感染。

■接触感染:患者との接触や、病原体のついた
ドアノブ・食べ物などを介して感染。

■経口感染:病原体で汚染された食べ物や水、
病原体で汚染された手で食事をする
ことなどで感染。