

# ほけんだより 12月号

令和4年11月28日  
社会福祉法人国立保育会  
きたひだまり保育園  
園長 大石雅一  
看護師 高倉文

早いもので、今年もあと一か月となりました。忙しい年の瀬ですが、新型コロナ陽性者の増加に加え下痢や嘔吐、インフルエンザなどの感染症が流行するのもこの時期です。園では、こまめな手洗いや換気を行い、感染予防に努めていきます。ご家庭でもお子さまの体調管理には十分な配慮をお願いします。

## 新型コロナとインフルエンザは見分けられる？

今年の冬は新型コロナウイルス感染症（コロナ）とインフルエンザ（インフル）の同時流行に注意が必要です。一足先にインフルが流行した南半球でも、今シーズンの感染者数はコロナ以前の水準に戻りました。では、コロナとインフルは見分けられるのでしょうか？

コロナとインフルの特徴を表にまとめました。

	新型コロナウイルス感染症	インフルエンザ
原因ウイルス	新型コロナウイルス	インフルエンザウイルス
潜伏期間	1～14日間	2～5日間
感染経路	飛沫・接触	飛沫・接触
主な症状	発熱・筋肉痛・倦怠感・咳・痰 鼻水・咽頭痛・味覚臭覚障害など	高熱・関節痛・筋肉痛・咳 鼻水・咽頭痛など
検査方法	抗原検査・PCR検査	抗原検査
治療法	症状を和らげる対症療法	抗インフルエンザ薬

現在のオミクロン株によるコロナの症状は、咽頭痛や鼻水の頻度が高く、嗅覚異常・味覚異常の症状が少なくなっています。発熱、頭痛、関節痛・筋肉痛といった全身症状も共通しています。結果として、現在のコロナはインフルの症状に酷似しています。つまり症状だけでコロナとインフルを区別するのは非常に困難です。したがって、診断のためには検査に頼らざるを得ません。

上記症状があれば、無理はせず医師の指示を仰ぎ、体をしっかり休めましょう。

流行を抑えるためには、新型コロナウイルス対策として実践してきた、基本的な感染症防止対策、手洗い・換気・咳エチケットが有効です。

◎**新型コロナウイルス感染症にかかってしまったら**・・・治癒を証明する書類などは不要です。医師の指示に従い、決められた期間の自宅療養をお願いします。

◎**インフルエンザになってしまったら**・・・医師の診断を受け「発症後5日を経過し、かつ、解熱後3日を経過するまでは出席停止」となります。医療のひっ迫を回避するため、治癒証明書は不要となりますが、登園時に**発症日**、**解熱日**をお知らせください。場合によっては、指定書類に記入をお願いすることがあるかと思います。

### 【11月の感染症】

RSウイルス 1名  
その他、咳や発熱の症状  
がみられました。



### 【12月の保健行事】

13日（火） 0.1.2歳児身体測定  
14日（水） 3.4歳児身体測定  
23日（金） 0歳児健診

