



今年も後1ヶ月となりました。移動の制限など緩和されましたが、新型コロナの流行に右往左往させられた年でしたね。それでも子ども達の笑顔と元気のパワーに私達大人も、救われてきました。今後も病気に負けない体づくりを行い、楽しいお正月を迎えましょう。



## ●新型コロナ・インフルエンザの同時感染について

先月のあゆみキッズ便りでお知らせしたのですが、今年は他国で夏にインフルエンザが、大流行しました。今年の冬は、日本においても今後インフルエンザが流行すると予測されていて、新型コロナ感染症との同時流行になるのではないかと心配されています。異なるウイルスの病気ではありますが、症状はとてもよく似ているので、2つの病気を区別するには、抗原検査やPCR検査をする事が必要になります。感染を防ぐ為にも、引き続きこまめな手指の消毒・手洗い・うがいをを行い同時感染が蔓延しないように気をつけましょう。

インフルエンザの詳しい症状をお知らせします。



## インフルエンザに気をつけて！！

- くしゃみ、咳などの症状の他に、高熱や悪寒、頭痛の症状が出たら、インフルエンザかもしれません。
- 潜伏期間が1~3日と短く、感染力が強いので、早めに受診を！！

### 症 状



### ~予防するためには？

- なるべく人混みを避ける(マスク着用)
- 部屋の湿度は50~60%と、こまめな換気
- 十分な睡眠とバランスのよい食事をとる
- 手洗い・うがい

## インフルエンザの検査について

- 主に迅速キットによる「迅速診断法」にて検査され15分以内で結果がでます。
- 発熱後すぐに検査を受けても、ウイルスの数が少なく迅速キットでは判定できない場合が多い。
- 最低でも6~8時間、できれば12時間ほど時間を空けて、検査する方が有効。
- 検査結果は、100%ではなく陰性でもインフルエンザの可能性はあるので注意する。



## お知らせ

あゆみキッズは、  
12/29~1/3 まではお休みとさせていただきます。  
ご了承ください。