

# ほけんだより～臨時号～

玉水小学校  
保健室

3連休があけて、本日11月25日火曜日ですが、インフルエンザや発熱によるお休みが急激に増加しました。現時点（11月25日10時）で、玉水小学校全体のインフルエンザの感染者数は、22名です。

そこで、玉水小保健室からほけんだより臨時号を発行させていただきます。

子どもたちには全体や個別でも伝えてはいるところですが、今一度、ご家族でご一読いただき、体調の回復、予防、現状の把握等にお役立ていただければ幸いです。

## ★現状

（以下の情報は、『[感染症発生情報（週報）](#) - 熊本県ホームページ』を参考、引用致しました。

毎週木曜日に最新の1週間の報告が更新されます。ぜひご覧ください。）

### 熊本県内全体のインフルエンザ感染者数

前週（11月3日～9日）：585名 → 最新（11月10日～16日）：1293名

令和7年11月20日

### 年齢別発生状況（急性呼吸器感染症・小児科・眼科・基幹定点）

令和7年第46週

急性呼吸器感染症定点 年齢区分	合計	0-5 カ月	6-11 カ月	1歳	2歳	3歳	4歳	5歳	6歳	7歳	8歳	9歳	10-14 歳	15-19 歳	20-29 歳	30-39 歳	40-49 歳	50-59 歳	60-69 歳	70-79 歳	80歳 以上
インフルエンザ	1,293	2	5	31	60	56	80	87	83	124	116	72	280	98	43	44	48	33	12	15	4
新型コロナウイルス感染症 (COVID-19)	114	0	1	3	1	3	3	3	2	0	2	1	12	12	8	7	4	14	7	19	12

年齢別発生状況の表から、現在、子どもの感染者数が多いことが分かります。

兄弟間での感染も増えているようです。

なお、私たちの住まいの管轄である有明保健所管内が、地区別で最も感染報告が多いとのことでした。

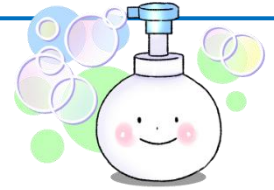
さらに、A型の中でも「K亜系統」という新たな変異株が出てきているとのことでした。

特徴は、体全体に広がる痛みがあるようです。発熱、悪寒、持続的な咳などはこれまでのものと同様とのことでした。

また、熊本県では、現在、インフルエンザの感染が注意報レベルにあるとのことでした。昨年は、インフルエンザ感染の報告数が1559名になった際に、警報レベルへ増加したとのことでしたから、今後、さらに感染が拡大していくことが考えられます。

ウイルスよ、さようなら！ はやくげんきなあれ！ ✨

よ ほうほうほう たいちようかいふくほうほう  
☆ 予防方法・体調回復方法



- ・せっけんをつかった手あらいをていねいにする。
- ・手をぬれたままにせず、あらったあとはハンカチやタオルでふく。  
(ぬれた手にばいきんがくっつきます。)
- ・手にアルコールのしょうどくえきをシュッシュ、ゴシゴシゴシ。
- ・ガラガラガラ〜と声をだしながらいする。
- ・せきやくしゃみをするときは、マスクやうででおさえる。
- ・できるかぎり人が多く集まるところへのおでかけはひかえる。
- ・体をひやさない！おふろやふとん、うわぎなどであたたかくする。
- ・ごはんをたべて、えいようをとる。
- ・1分でも1秒でもはやくねて、体をやすませまる。
- ・のどをかんそうさせない！ すいぶんほきゅうをこまめにする。
- ・空気には見えないウイルスがいっぱいいる。  
まどをあけて、新しいきれいな空気にいれかえる。



インフルエンザの出席停止期間

発症した日を0日目とし、発症後5日間を経過し、かつ解熱後(熱が下がって)2日間が経過するまでとなっています。また、受診された病院の医師の指示に従ってください。

何度も、何度も聞いたことがあることばかり。

そして「以上のことを守って対策してきたのに、感染したよ。」という人もいます。

それでも「みんなには1日でも早く元気になってほしい。なるべくきつい思いをしてほしくない。」という強い思いがあります。

もうかかったら、ゆっくり休むしかありません。また学校で元気な姿で会いましょう。

