

# 11 がつ いむだより

いよいよ冬の始まりです。朝晩冷え込むことがあります。皆様力ぜはひいていないでしょうか。気温が下がり、湿度も下がると様々な感染症が流行しやすくなります。マスクと手洗いをして、感染対策を行いましょう。

## 11月9日は換気の日

「いいくき」の語呂合わせから、換気の日となっています。

寒くなるとついつい窓を開けるのを忘れがちです。また暖房器具を使用中に換気が不十分な状態が続くと一酸化炭素中毒で意識を失うこともあります。空気の通り道を作ることや、インフルエンザやコロナなどの感染対策のためにも、1時間に1回5分程度は意識して窓を開けるようにしてみましょう。



## インフルエンザとカゼの違い

・インフルエンザは38度以上の高熱、頭痛、関節痛など、全身症状が突然現れます。またカゼと同様に喉の痛み、鼻水、咳などの症状も観られます。突然の高熱の場合は医療機関等に連絡して診てもらいましょう。

・カゼのウイルスは200種類以上あると言われています。喉の痛み、鼻水、くしゃみ、咳などの症状が中心で全身症状はあまり見られません。



作業所は集団で日中活動を行っています。カゼ症状がある場合は医療機関や発熱外来等を受診して医師の指示を仰ぎましょう。また症状が治まるまで自宅療養をお願いします。自宅療養期間の表を見て、お休みの参考にしてください。

# ◆インフルエンザやコロナにかかったら◆

インフルエンザやコロナは感染力が強いので、集団感染を引き起こす事が多くあります。作業所では嘱託医に相談し「学校安全保健法」に準じて、利用者の皆様に、お休みの期間をお願いしております。

感染によるお休みの期間は、

**「発症した後5日を経過し、かつ解熱した後2日を経過するまで」**

です。

- 病院受診時に、医師から「インフルエンザまたはコロナ」と診断されたら、発症日を医師に確認して、作業所まで電話連絡をお願いします。

## お休み期間一覧表

発症 解熱	発症 0日目	発症 1日目	発症 2日目	発症 3日目	発症 4日目	発症 5日目	発症 6日目	発症 7日目	発症 8日目
月/日	/	/	/	/	/	/	/	/	/
1日目に解熱	発熱	解熱	解熱後 1日	解熱後 2日	発症後 4日目	発症後 5日目	どうしょか 登所可		
2日目に解熱	発熱	発熱	解熱	解熱後 1日	解熱後 2日	発症後 5日目	どうしょか 登所可		
3日目に解熱	発熱	発熱	発熱	解熱	解熱後 1日	解熱後 2日	どうしょか 登所可		
4日目に解熱	発熱	発熱	発熱	発熱	解熱	解熱後 1日	解熱後 2日	どうしょか 登所可	
5日目に解熱	発熱	発熱	発熱	発熱	発熱	解熱	解熱後 1日	解熱後 2日	どうしょか 登所可

※記入用として使ってください。