

# 保健だより 10月号

佐賀県立伊万里実業高等学校  
保健室令和3年10月18日発行

つい先日、唐津市内の中学校でクラスターが発生しました。最近の佐賀県の感染者数はようやく一桁になってきましたが、まだまだ油断ならないことに気づかされます。陽性を決定するために行われるPCR検査は一桁になった今でも1日に100件～500件ほどが県内で行われています。無症状なだけで感染している人がいるかもしれない。いつ、自分が感染してしまうか分からない状況にあるということだけは忘れずに生活を送ってください。



味がしない



倦怠感があって仕事に行けない…

## ●新型コロナ感染後の後遺症に関する調査結果が出ました。

### 後遺症は、男性より女性が強く出る傾向

国立国際医療研究センターの分析結果が発表されました。

コロナに罹った人457人に聞き取りをしたところ、症状が軽症またはそれ以上の人たちの半年後は26.3%に後遺症とみられる症状が残り、さらに1年たっても8.8%の人に後遺症が続いているというものです。ニュースでも流れました。

- ◆倦怠感(けんたいかん) 何となく体がきつい、半年後6.6%⇒1年後3.1%。
- ◆味覚の異常が残ったのは、半年後3.5%⇒1年後0.4%。
- ◆嗅覚の異常(臭い)は、7.7%⇒1年後1.1%。
- ◆息切れがするは、半年後3.9%⇒1年後1.5%。
- ◆脱毛は、半年後3.1%⇒1年後0.4%。脱毛は、症状が遅れて出る傾向にある。
- ◆物忘れなど記憶力の低下は、半年後11.4%⇒1年後5.5%。
- ◆うつの症状は、半年後8.1%⇒1年後3.3%。などです。

男女別では、女性の方が症状が出やすく、嗅覚の異常は男性のおよそ1.9倍、味覚の異常はおよそ1.6倍、倦怠感がおよそ2倍、脱毛はおよそ3倍出やすかったということです。

研究グループは後遺症と思われる症状が出るのを防ぐためにも、感染しないようにする対策とともに、ワクチン接種が重要だとしています。

新型コロナウイルス感染症の本当の怖さは後遺症だと言ってもいいでしょう。健康観察から把握した商業キャンパスのコロナワクチン接種1回以上の割合は50%を超えました。ワクチン接種はコロナ後遺症の出現も抑(おさ)えられると専門家は言います。

# 2021～2022年シーズンにおける

## インフルエンザワクチンの積極的な接種を勧奨します。



昨年は新型コロナウイルスの感染対策として手指消毒、3密回避、国際的な人の移動制限が効果的だったこと、インフルエンザウイルスと新型コロナウイルスとの間にウイルス干渉が起こったことで幸い同時流行はなかったそうです。

しかし、今季は違います。すでにインフルエンザが確認されている国が多数あります。前シーズンインフルエンザが極めて少なかったため社会全体の集団免疫が形成されていないため、海外からのウイルスが持ち込まれれば、大きな流行となると危惧されています。まずは、コロナワクチン接種を済ませておき、時期が来たらインフルエンザのワクチン接種をすることをおすすめします。

この冬は、発熱や上気道炎症状を呈する患者に対しては、インフルエンザとコロナの両方の検査を検討することになりそうです。できる予防対策はとっておくようにお願いします。

### 10/12の健康観察入力タイム詳細



10月12日（火）の健康観察を紹介します。  
スマホ・タブレットによる入力：176人  
紙：46人、合計222人分が把握できました。

#### 入力番付4番 ナイス！

- 1番＝6時42分（1のB女子）
- 2番＝6時50分（3のC女子）
- 3番＝6時59分（1のB女子）
- 4番＝7時03分（3のC女子）

6時台の入力は3人、この人達は朝起きて自宅で検温をしている様子がうかがえます。素晴らしいです。  
7時台は31人、8時台になると142人になりました。この日は紙による提出が多いですが、データで残したいのでできるだけ入力をお願いします。**検温する⇒入力する**を習慣化すると苦にならなくなります。意味のある健康観察です。全員が真面目に取り組んでほしいと思います。



令和3年度未成年飲酒防止啓発ポスターキャッチコピー募集！ 入賞したら賞品あり

日本学校保健会では全国へ配布する「未成年者飲酒防止啓発ポスター」に添えるキャッチコピーを募集しています。ポスターモデルはフィギュアスケーター 紀平（きひら）梨花選手予定 今月末まで

ぜひ応募してください。令和2年度 誘惑に負けません「**飲みません**」まほうの言葉