



げんきだより

12月号

2019年もあと少し。本格的な寒さと乾燥が際立つようになり、インフルエンザなどの感染症の流行が始まりました。手洗いうがい、マスク、人混みを避ける等の予防をしっかりとすると同時に、早寝早起き朝ごはんや運動で、体の免疫力をアップさせ、細菌やウイルスを撃退しましょう！

てあら かんせんしょうよぼう こまめな手洗いで感染症予防

感染症予防には石けんを使ってこまめに手洗いをすることが大切です。下の図を参考にして、「外から帰って来た後」や「ご飯を食べる前」、「トイレの後」など、石けんを使ってこまめに手を洗いましょう！



ただ て かい 正しい手のあらい方



①水道水で手をぬらす。



②せっけんをしっかりと泡だてる。



③手のひら、甲を洗う。



④指と指の間を洗う。



⑤親指を反対の手でつつんで洗う。



⑥よくこすって、つめの間を洗う。

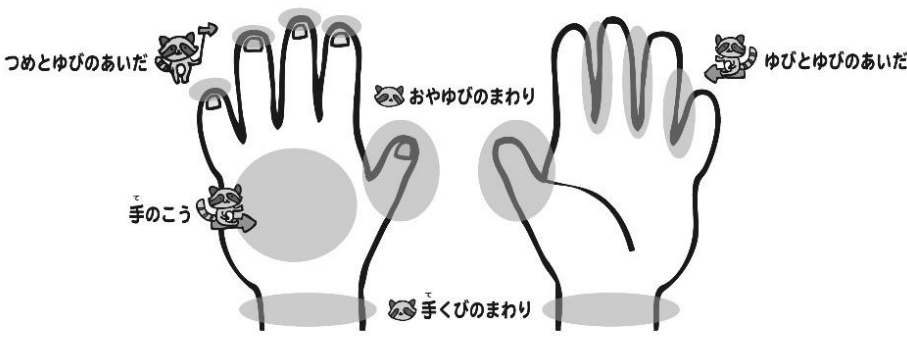


⑦手首を洗う。



⑧せっけんを流す。

あらいわすれ、気をつけて！手あらい



インフルエンザの流行がはじまりました

インフルエンザは風邪に似た、のどの痛み、鼻水、くしゃみ、咳に加えて、

- ・突然の38℃以上の発熱
- ・頭痛
- ・全身の痛み（関節痛、筋肉痛）
- ・全身の倦怠感等の症状が特徴です。



インフルエンザのような症状がある場合は医療機関への受診をお願いします。

かぜの症状

ここまできたら、インフルエンザを疑おう

のどの痛み・せき・くしゃみ・鼻水・頭痛・寒気・発熱・急な高熱・全身の痛み



出席停止の期間について
発熱等の症状が出た日を
0日と数えます。すぐに
熱が下がっても発症後5
日を経過するまでは登校
できません。

おうちの方へ

インフルエンザの出席停止期間について

発症後5日を経過 + 解熱後2日を経過するまでは、
学校はお休みになります。ゆっくり静養してください。

例	発症日 0日目	発症後 1日目	発症後 2日目	発症後 3日目	発症後 4日目	発症後 5日目	発症後 6日目	発症後 7日目
発症後2日目に 解熱した場合	発症 / 発熱	発熱	解熱	解熱後 1日目	解熱後 2日目	※まだ発症後5日 を経過していない ため登校できない	登校可能	
出席停止期間	→						→	
発症後4日目に 解熱した場合	発症 / 発熱	発熱	発熱	発熱	解熱	解熱後 1日目	解熱後 2日目	登校可能
出席停止期間	→							→



お願い

インフルエンザは出席停止になります。欠席扱いになりませんので、ゆっくりと体を休ませてください。

お子さまがインフルエンザと診断されましたら、速やかに下記のことを学校へお知らせくださいますようお願いいたします。

- 診断日
- A型かB型か
- 発症した日時
- 症状

また、インフルエンザが治り、登校する際には、医師による治癒証明が必要です。（※通知文書は、感染予防のため兄弟姉妹以外には持たせませんので、ご了承ください。学校HPからダウンロードも可能です。）

感染拡大防止のため、ご協力をお願いします。