

※インフルエンザ流行期は、このほけんだよりをご家庭の目立つ場所へ貼っておいてください。

# ほけんだより

12月号  
2020年12月2日発行  
須賀川市立第三中学校保健室  
文責 寺島 親子

## インフルエンザが流行する季節になりました！

インフルエンザが流行する季節になったとともに、新型コロナウイルス感染症の予防も必要なこの時期、手洗い、マスクや規則正しい生活など、予防対策をさらにみんなで行っていきましょう。急な高熱や頭痛、関節痛など全身の痛みや症状が出たときは、インフルエンザの疑いがあります。病院での受診をお勧めします。また、新型コロナウイルス感染症対策関連は、裏面に記載してありますので、おうちの方にも読んでいただいでください。

### インフルエンザにかかったときは・・・

※ 医師より「インフルエンザ」と診断されて学校を休む場合は「欠席」ではなく「**出席停止**」となります。

- ① 医師から「インフルエンザ」と診断を受けたら、学校へご連絡ください。
- ② 出席停止の期間は法律で決まっています。「症状がでた日の翌日から数えて5日間」は登校することができません。さらに「熱が下がってから2日間」を経過していることも必要です。
- ③ 発熱、頭痛などの症状で欠席していて、後から「インフルエンザ」と診断された場合は、欠席が連続していれば、前の欠席までさかのぼって「出席停止」となります。（個々のケースに応じて対応していきます。）
- ④ 出席停止期間中は、外出を控え、安静に休養に努めてください。
- ⑤ 「出席停止のお知らせ」は、登校再開後に出席停止期間を明記した文書をお渡しします。
- ⑥ 登校を再開する時、医師からの「診断書」や「登校許可書」のようなものは**必要ありません**。医師の指示に従い、薬を服用し、上記②の出席停止期間を守り、完治したら登校再開となります。（医師より登校許可が出たか等、再開前に担任より健康状態の確認のご連絡をさせていただきます。）
- ⑦ 症状が残っている場合は登校することができません。登校したとしてもすぐに家庭に連絡確認のうえ、帰宅してもらうこともあります。

### 【インフルエンザ出席停止早見表】

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	
/	/	/	/	/	/	/	/	/
発熱	解熱	出席停止	出席停止	出席停止	出席停止	登校可能		
発熱		解熱	出席停止	出席停止	出席停止	登校可能		
発熱			解熱	出席停止	出席停止	登校可能		
発熱				解熱	出席停止	出席停止	登校可能	
発熱					解熱	出席停止	出席停止	登校可能

※ 発熱などの症状が出た日を「発症日0日目」とします

# 新型コロナウイルス感染症対策

## 家庭における感染対策

### 1. 三密対策（密接・密集・密閉）

- ・マスクを捨てる場所を決める
- ・その日に着用した衣類について、洗濯あるいは消毒を行う

### 2. 手指消毒

- ・帰宅したら、すぐにアルコール消毒かせっけんて手洗いをする
- ・鼻をかんだ後も手指消毒か手洗いをする

（ゴミはマスク同様、普通のゴミと区別する）

### 3. 室内の消毒、加湿、換気

- ・換気と合わせて、消毒や加湿も行う

## ～おうちの方へお願い～

### 1. 朝の検温とカードへの記入

37.5℃以上の時は、無理をさせず、お休みさせてください。（冬休み中の部活動も検温して参加させてください。）

### 2. マスクの着用

登校の際、忘れず着用させるようにしてください。

### 3. 早退

発熱の症状がみられなくても、体調不良で授業を受ける状態ではない場合はご連絡しますので、早めのお迎えをお願いします。

※なかなか「おうちの方と連絡がつかない」、連絡はついても「誰も迎えに来ることができない」等の場合があります。新型コロナウイルス感染症が心配な状況であるのと、後から来室した生徒がベッドで休めない、または保健室内で感染するということも考えられますので、必ず誰かが迎えに来ることができる状態でいるようお願いいたします。