

ほけんたより 11月号

気温が低くなり、かぜなど体調をくずす人が増えています。生活リズムを整え、感染症にかかりにくい体づくりをしましょう。

インフルエンザがはやっています

きほんの感染対策は

- 手あらい・消毒などで手指を清潔に保つこと
- 症状がある時のマスクの着用などです。



学級閉鎖になったとき

毎日自宅で検温、健康観察を行い、症状があれば受診をお願いいたします。

受診の結果、陽性の場合は、学校へご連絡いただきますようよろしくお願いいたします。

※安全安心メールでのご連絡でかまいません。

インフルエンザの出席停止期間について

発症(発熱)した日の翌日を1日目として「発症後5日を経過し、かつ解熱後2日を経過するまで」と定められています。

学校保健安全法施行規則第19条第2号

0日目	1日目	2日目	3日目	4日目	5日目	6日目	7日目
発症	解熱	1日目	2日目			登校OK	
発症	解熱	1日目	2日目			登校OK	
発症		解熱	1日目	2日目		登校OK	

※最短で6日目から登校可能になります。

出席停止期間については、基本的に医師の方より指示があります。



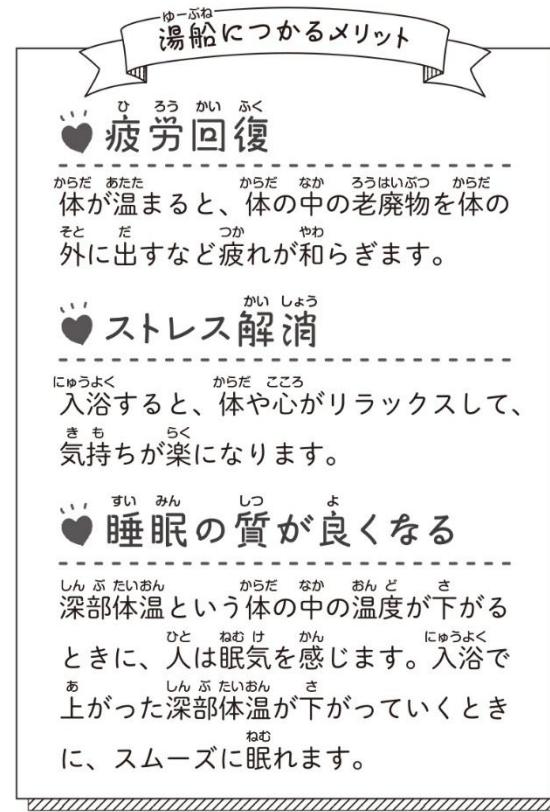
風邪を早く治すゾウ!

鼻水が出たり、頭痛や悪寒がしたり…。
風邪かもしれないと思ったら、風邪を早く治す5匹のゾウを思い出してください。



湯船につかって元気いっぱい

毎日のお風呂をシャワーで済ませていませんか?
湯船につかるだけで心も体も元気にできます。



11月26日はいい風呂の日です。普段シャワーだけの人も、湯船につかりましょう。