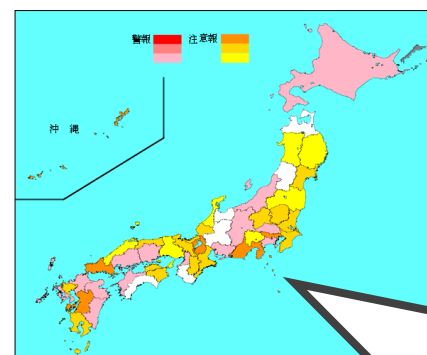


ほけんだより 1月号

Wonderful な1年になりますように!



気温が低く乾燥した気候が続いていて、インフルエンザが全国的に流行しています。体調が悪くても無理をして登校し、そのことで他の人に感染を広げてしまうことが多いです。体調の悪い場合は休養をとり、医療機関を受診するなどの対応をお願いします。

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、出席停止になります。

	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				解熱後 1日目	解熱後 2日目	※発症後5日 を経過してい ないため登校 できません	登校可能 	
出席停止期間								
発症後4日目に 解熱した場合					解熱 	解熱後 1日目	解熱後 2日目	登校可能
出席停止期間								

左の表の見方

* インフルエンザの発症日を0日目と数える。

* 解熱した日を0日と数える。

* 発症とは・・・病院を受診した日ではなく、インフルエンザ様症状（発熱など）が始まった日のことをいいます。

* 最短でも発症してから5日間は出席停止となります。

解熱した日によって出席停止の期間が変わってきますので、左の表を参考にしてください！



お し ら せ

おうちの方へ

これから本格的なインフルエンザの流行期になります。ご家庭でも以下の点にご注意ください。

★ご家庭での朝の健康観察をお願いします。

お子さんに朝の検温を行い、37度以上あった場合は欠席をして様子を見てください。

★欠席・遅刻の連絡は、7:30～8:00の間に、必ず保護者にご連絡ください。

★インフルエンザにかかった場合は、医師から登校の許可が出るまで、ゆっくり静養させてください。

かぜ・インフルエンザを予防しよう！ ひとりひとりの対応が、岡部中を救う！

① 咳エチケット



② 手洗い うがい



③ 部屋の換気・加湿



④ 規則正しい生活習慣



⑤ 人混みへの外出をひかえる

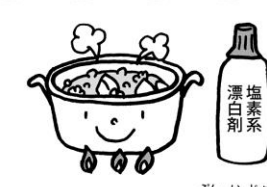
インフルエンザだけではなく！冬に注意したい感染症～ノロウイルス～

冬にも起こる食中毒 ノロウイルスに注意！



しっかり手洗い

調理の前、トイレの後などこまめに手洗い。タオルは清潔なものを。



85℃で1分以上

カキなどの二枚貝は中心まで十分に加熱。調理器具の消毒は塩素系漂白剤か熱湯で。

この時期におう吐や下痢があったらノロウイルスを疑い、処理の際はビニール手袋やマスクの着用を。

① おう吐物は外側から内側にむけて静かに拭き取る。



② 処理が終わったらすべてビニール袋に入れしっかりと封をして処分する。