

すこやかげんき

11月

令和7年11月25日 高師小 ほけんだより

今、インフルエンザが大流行しています。

感染ルートを知り、手洗い、うがい、換気や、十分な睡眠をとり抵抗力を高めること、人が多く集まるところへ必要以上に行かないことなどで、防ぐことができます。もしもかかってしまった場合には、必ず受診をして、医師の指示を守り、自宅で安静にして過ごしてください。

学校へ連絡をお願いします。

感染症名、発症日（発熱した日）を伝えてください。

出席停止期間について

インフルエンザの場合は、

原則は、「**発症後5日を経過し、かつ解熱後2日を経過するまで**」です。

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				登校可能	
発症				解熱		×	登校可能

◆発症(主に発熱)した日を「0 日目」として、翌日から1 日目…と数えます。

◆解熱した日を「0 日目」として、翌日から1 日目…と数えます。

◆発症後5日を経過していても、解熱後2日を経過していないので、登校することはできません。

新型コロナ感染症の場合は、

原則は、「**発症後5日を経過し、かつ症状軽快後1日を経過するまで**」です。

(例)



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	×	×	×	軽快	×	登校可	
発症	×	×	×	×	軽快	×	登校可

※症状軽快とは…解熱剤の使用もなく解熱し、呼吸器症状(鼻水、のど、咳など)が回復傾向にある状態のことです。

感染症の感染ルート



寒くても空気を入れかえて…



ウイルスなどを外に出す！

新鮮な空気でスッパリする！