

ほけんだより

三島市立西小学校
NO.7 R3.11.24発行

インフルエンザについて



インフルエンザは、インフルエンザウイルスに感染することで起る病気です。インフルエンザは出席停止となるので、必ず医療機関を受診し、指示を受け、学校に知らせてください。
『発症した後5日を経過し、かつ解熱した後2日(幼児は3日)を経過するまで出席停止』となっています。(学校保健安全法)

こまめに手洗い

バランスのよい食事

しっかりねる

気温に合わせて調節
衣服の着たり...

12月のほけん
さむさにはけない
体をつくろう!

へやのやん気をる

ときどき運動する

はだ着を着る

ストレスをためない

	発症日(0)	1日目	2日目	3日目	4日目	5日目	6日目	7日目	8日目	9日目
解熱した1日目に	学校	発熱 出席停止	解熱 出席停止	解熱後1日目 出席停止	解熱後2日目 出席停止			登校可能		
	園	発熱 出席停止	解熱 出席停止	解熱後1日目 出席停止	解熱後2日目 出席停止	解熱後3日目 出席停止		登園可能		
解熱した3日目に	学校	発熱 出席停止	発熱 出席停止	発熱 出席停止	解熱 出席停止	解熱後1日目 出席停止	解熱後2日目 出席停止	登校可能		
	園	発熱 出席停止	発熱 出席停止	発熱 出席停止	解熱 出席停止	解熱後1日目 出席停止	解熱後2日目 出席停止	解熱後3日目 出席停止	登園可能	
解熱した5日目に	学校	発熱 出席停止	発熱 出席停止	発熱 出席停止	発熱 出席停止	発熱 出席停止	解熱 出席停止	解熱後1日目 出席停止	解熱後2日目 出席停止	登校可能
	園	発熱 出席停止	発熱 出席停止	発熱 出席停止	発熱 出席停止	発熱 出席停止	解熱 出席停止	解熱後1日目 出席停止	解熱後2日目 出席停止	解熱後3日目 出席停止

※発熱した日を0日とします。
月曜日に熱が出たら翌日に解熱しても、火・水・木・金・土の5日間は出席停止です。

あと1ヶ月で2021年が終わります。これから寒さもいっただんと増えます。寒くても毎日を元気にすごせるように、自分で気づいて、自分でどうしたらいいのか考えて、行動しましょう。

コロナウイルスにかかる人が減っていますが、コロナウイルスがなくなったわけではありません。少しづつ、今までの生活にもどってきましたが、寒くなると、人の体の病気にまけない力が弱くなることがあるので、手あらいや食事、あいみん = 病気の予防に気をつけて、すごしましょう。

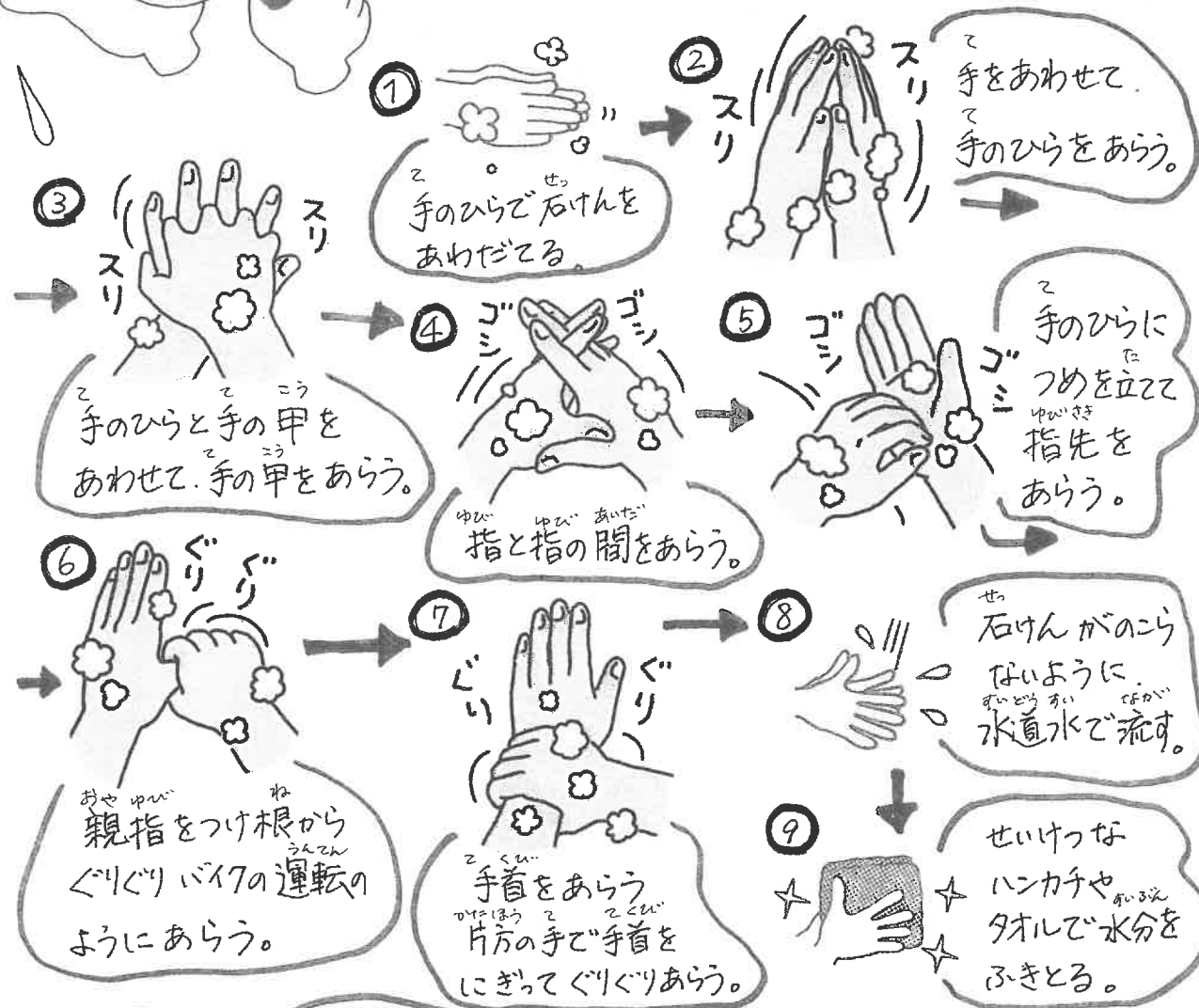
2020年度はインフルエンザの感染者が全国的にとっても少なく、流行はおひさまでしたか、注意が必要な感染症です。

インフルエンザの症状は...

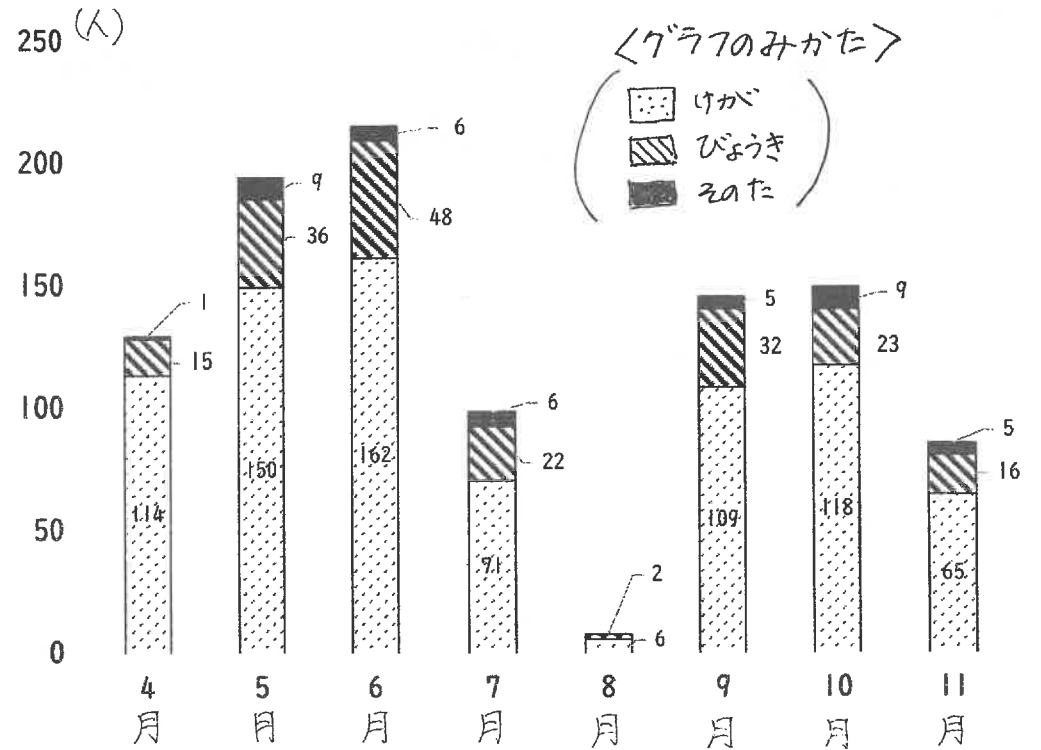
- ゴホゴホ
- 咳、鼻水、くしゃみなどのカゼ症状。
- 突然38~40度の高熱が出る。
- 筋肉、関節などの体の痛み。



手には、見えないバイキンがいっぱい！ しっかりあらおう。



ほけんしつ利用者のようす。 4月から11/19(金)までのようす



11月4日、5日に運動会があったので、9月、10月は「おきず」が目立ちました。10月は気候もよく、外で遊ぶ人が多かったです。



自分ではきれいにあらっているつもりでも、汚れが残っていることが、けっこうあります。

汚れが残りやすいところは、②③④⑤⑥⑦の6つです。この6つのポイントに気をつけて、しっかりあらいましょう。

あらった後はせいけつなハンカチ、タオルでふこう。

鼻水・咳・のど痛ふえています！



11月の中ごろから、高い熱ではないけれど、鼻がつまる、鼻水が出る、咳が出る、のどが痛い...といった欠席や、お年寄りが目立っています。西小まつりや修学旅行に元気に参加できるように、体調かえりをしましょう。