

こころ こころ



赤磐市立軽部小学校
保健室 No. 12
平成28年度 特別号
～美しい学校づくりに向けて～

寒さも厳しくなり、冬に近づいてきました。岡山県内では、インフルエンザが少しずつ発生し始める傾向にあります。ノロウイルスに引き続き、インフルエンザについてもご家庭でも健康観察をしていただき、早めの対応をお願いします。



(保護者の方へ)

インフルエンザによる出席停止について

インフルエンザは、学校保健安全法施行規則第19条で「発症した後5日を経過し、かつ解熱した後2日を経過するまで」と出席停止の期間が定められています。

病院で診断を受けましたら、必ず学校へ連絡をしてください。また、再登校する際には、医師の「治癒証明書」が必要となります。保護者の方には、再登校の前に治癒証明書の書類を学校に取りに来ていただきますので、よろしくお願いいたします。

1. インフルエンザの**よぼう**予防 おうちのひととよみましょう。

◎家に帰ったら、てあら手洗い・うがいをしましょう。

◎人が多いところへの外出はなるべく控えましょう。

行くときは、マスクを着けましょう。

◎睡眠や、バランスの良い食事に気をつけて、ていこうりよく抵抗力をつけましょう。

◎室内では、ぬれタオルを干したり加湿器を使ったりして、てきど しつど たも適度な湿度を保ちましょう。



2. インフルエンザにかかったかな?という時は・・・

◎早めにいはりょうきかん医療機関を受診しましょう。

◎できるだけひるま昼間に受診し、必ずマスクを着用して受診しましょう。

◎周りの人にうつさないように「せき咳エチケット」を心がけましょう。

◎水分を十分にとり、あんせい安静にしてきゅうよう休養をとりましょう。

◎家庭に残っているげねつざい解熱剤は勝手に使用しないで、いし医師にそうだん相談してください。

