

保護者の皆様

関岡小学校保健だより

平成28年1月18日  
関岡小学校長 菅野輝義

いのち ~いきいき・のびのび・ちからいっぱい~

## インフルエンザの流行期です

今週、町内でもインフルエンザによる出席停止者や学級閉鎖がみられています。本校では、まだインフルエンザに罹患した児童はおりません。本格的な流行シーズンに入ります。予防対策を行い、もし、罹患の兆候が見られたら、無理をして登校せず、医療機関を受診するようにしてください。

インフルエンザは、その他の風邪とは違い、その流行拡大の仕方はすさまじいものがあります。その為、**インフルエンザに罹った場合は出席停止**(学校保健安全法施行規則)となりますので、主治医の先生の指示に従い、しっかり休養してから登校してください。

また、流行の時期に入りましたので、登校前の健康チェックは念入りに行ってください。おかしいなど感じたら、**必ず検温を行い、発熱していないことを確認**するようにお願いします。

### インフルエンザ予防対策

- ①外出後の手洗い・うがい等
- ②適度な湿度の保持
- ③十分な休養とバランスのとれた栄養摂取
- ④人混みや繁華街への外出を控える

### 登校前の健康チェック

- 頭痛がひどい
- 体全体がだるい
- 喉がひどく痛み、咳がでている
- 関節が痛む

このような症状がある場合は、必ず検温してください。



### インフルエンザにかかったら①

- ①早めに医療機関を受診
- ②安静にして、休養を
- ③水分補給を十分に  
(お茶やスープなど飲みたいものでOK)

### インフルエンザにかかったら②

- ④周りの方へうつさないために、不織布製マスクを着用しましょう。
- ⑤学校はお休みしてください。出席停止扱いとなります。

インフルエンザはかぜの原因となるウイルスよりも感染力が強いため、症状が軽くなり熱が下がってもウイルスは体内でつくられており、ほかの人に感染させる危険性があります。そのため、『**発症後5日を経過し、加えて熱が下がってから2日を過ぎるまで**』は登校できません。感染症にかかった場合、【**登校許可証**】を配付いたします。方法としては、兄弟・姉妹がいる場合には兄弟・姉妹を通して配付します。兄弟・姉妹がいない場合は保護者の方に学校へ取りに来ていただくようになります。ご協力よろしくお願いいたします。

## インフルエンザによる出席停止期間について

### 例えば、発症後2日目に解熱した場合



### 例えば、発症後4日目に解熱した場合



## 児童のみなさん

ちょうない しょうがっこう ちゅうがっこう りゅうがっこう はじ  
町内の小学校や中学校でもインフルエンザが流行し始めました。

がっこう てあら おこな いえ がえ  
学校でのうがいや手洗いをこまめに行うことはもちろんですが、家に帰っ  
てからのうがいや手洗いも忘れずに行いましょう。

すす てあら かぞく  
みなさんが進んでうがいや手洗いをすることで、家族にもかぜやインフル  
エンザ予防を呼びかけましょう。