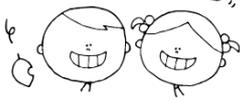




すこやか

とくべつごう
特別号

れいわ ねん がつじゅうよっか げつ
令和4年11月14日(月)



しづしょうがっこう
志津小学校 ほけんだより



ひと
おうちの人とよみましょう。

あさばん ひ こ
朝晩はぐっと冷え込むようになり、あき きこう
秋らしい気候になってきましたね。この気温が低く、からっ
とした空気が大好きなのが、きん
菌やウイルスです。きん
菌やウイルスに負けない体を作るためにも、はや
ね・早起き・朝ごはんを心がけて、こころ からだ げんき
心も体も元気にすごしましょう。



かんせんしょう ❖感染症について❖

きおん さ
気温が下がり、きん
菌やウイルスがすごしやすい気候になってきたこともあり、かんせんしょう
感染症にかかる人
の数がふ
増えてきています。また今年度は、しんがた
新型コロナウイルスかんせんしょう
感染症だけでなく、インフルエン
ザかんせんせい いちょうえん みず
や感染性胃腸炎、水ぼうそうなどのかんせんしょう
感染症にかかっている人も多くいるようです。いつもの
じぶん せいかつ
自分の生活をふり返り、かえ
かんせんしょうたいさく
感染症対策をしっかりとできているかかくにん
確認してみましょう。

① てあら 手洗い・うがい

そと かえ あと きゅうしょく まえ
外から帰った後、給食の前、トイレの後…てあら
手洗い・うがいででき
ていますか？さむ
寒くなってくるとつめ
たいみず
冷たい水で手を洗うのがいや
だという声を
よく聞きますが、てあら
手洗いはかんせんしょうたいさく
感染症対策の基本の“き”です。
ゆび あいだ つめ さき
指の間や爪の先までしっかり洗うようにしましょう。て
手を洗った後
は、きれいなハンカチ・タオルでふくこともわす
れずに。



② ただ マスクを正しくつける

きん
菌やウイルスは、はな くち
鼻や口からみなさんのからだ なか はい
体の中に入ってきます。し
っかりと鼻からあごまで、はな
マスクでかかれていますか？また、おんがく
音楽の
じゅぎょう がっき えんそう
授業で楽器を演奏するときなど、はす
マスクを外すときもあつち
ると思います。
はす
マスクを外すときには、はなし
お話をすることのないようにしましょう。



③ はや はや お あさ 早ね・早起き・朝ごはんを心がける

はや はや お あさ
早ね・早起き・朝ごはんを心がけてすごすことで、きん
菌やウイルスと
たたかうちから
力がつき、かんせんしょう
感染症にかかりにくいつよ からだ
強い体にするこ
とができます。
とくに22時～2時までのけんこう
“健康のゴールデンタイム”にはぐっす
りねむ
眠るようにできるといいですね。





しゅっせきていし
☆出席停止について☆

か き かんせんしょう い し ほんだん ばあい がっこうほけんあんぜんほうしこうきそくだい じょうだい
 下記の感染症にかかっていると医師が判断した場合には、学校保健安全法施行規則第19条第
 こう もと しゅっせきていし たいしょう
 2項に基づき、出席停止の対象となります。インフルエンザについては新型コロナウイルス
 かんせんしょう どうよう い し しんだんないよう けっせきとどけ しゅっせきていしょう ほごしゅさま きにゆう
 感染症と同様、医師の診断内容を『欠席届（出席停止用）』に保護者様に記入していただきます
 いがい かんせんしょう しゅっせきていしあつかい しゅっせきていしししょうめいしょ い し きにゆう
 が、それ以外の感染症で出席停止扱いにするためには、『出席停止証明書』に医師による記入
 ひつよう けっせきとどけ しゅっせきていしょう しゅっせきていしししょうめいしょ ていしゅつ ばあい
 が必要になります。『欠席届（出席停止用）』または『出席停止証明書』の提出がない場合に
 しゅっせきていしあつかい
 は、出席停止扱いになりません。

区分	病 名	出席停止期間の基準 (ただし、No.1～7は、病状により医師において感染のお それがないと認めるときはこの限りではない)
1	インフルエンザ	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
2	百日咳	特有の咳が消失するまで又は5日間の適正な抗 菌性物質製剤による治療が終了するまで
3	麻疹（はしか）	解熱した後3日を経過するまで
4	流行性耳下腺炎（おたふくかぜ）	耳下腺、顎下腺又は舌下腺の腫脹が発現した後5 日を経過し、かつ、全身状態が良好になるまで
5	風疹（三日ばしか）	発疹が消失するまで
6	水痘（水ぼうそう）	すべての発疹が痂皮化するまで
7	咽頭結膜熱	主要症状が消退した後2日を経過するまで
8	結核	病状により学校医その他の医師において感染の おそれがないと認めるまで
9	髄膜炎菌性髄膜炎	
10	腸管出血性大腸菌感染症	
11	流行性角結膜炎	
12	急性出血性結膜炎	
13	その他（ ）	

なひか
 痂皮化とは、か
 さぶたになるこ
 とです

※その他 マイコプラズマ肺炎、感染症胃腸炎、溶連菌感染症 など

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、
 学校はお休みになります。ゆっくり静養してください。

例	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	発症/発熱 	発熱 	解熱 	解熱後 1日目 	解熱後 2日目 	※まだ発症後5日 を経過していない ため登校できない	登校可能 	
出席停止期間	→							
発症後4日目に 解熱した場合	発症/発熱 	発熱 	発熱 	発熱 	解熱 	解熱後 1日目 	解熱後 2日目 	登校可能
出席停止期間	→							

はつねつ ひ はっしょうひ
**発熱した日を、『発症日〇
 にちめ かぞ ねつ
 日目』**として数えます。熱が
 さ あと
 下がった後もウイルスを
 はいしゅつ かろうせい
 排出している可能性がある
 ため、登校は控えましょう。

