



伊豆下田分校 保健室

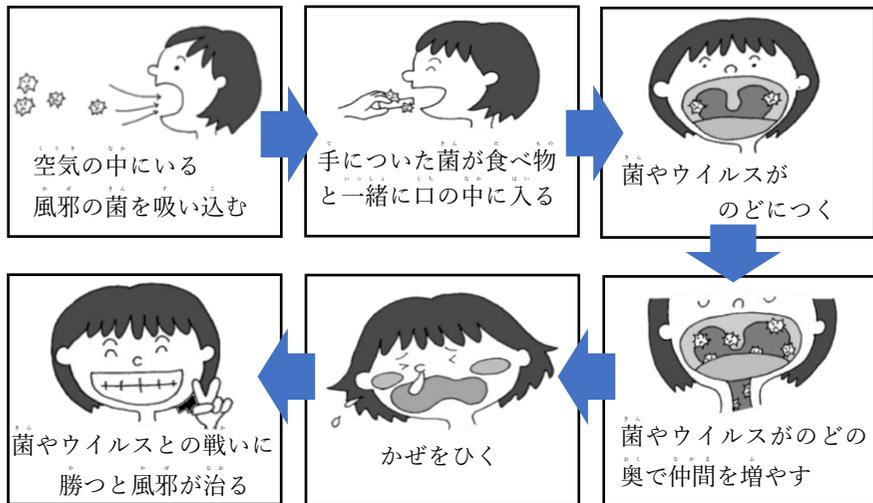
12月11日は「胃に(12)いい(11)」の語呂から「胃腸の日」だそうです。クリスマスやお正月とイベントの多い季節ですが、胃腸をいたわってあげてくださいね。ちなみに、満腹になっていたのに、好きな食べ物を見ると食欲がわいてくる…というのが「別腹」の正体。体にはよくないのでほどほどにしてくださいね。



12月の保健目標 - 風邪やインフルエンザに気をつけよう -

新型コロナウイルス感染症に加えて、風邪やインフルエンザ、ノロウイルスなどが流行する時期です。引き続き予防をして冬を乗り越えましょう！

風邪をひいたときのからだの様子

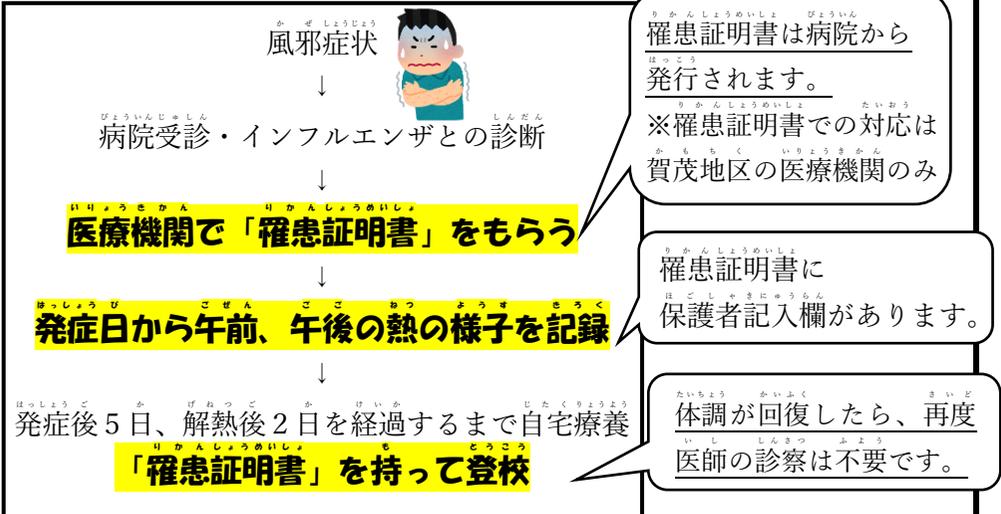


手洗いうがいとマスク、正しい生活習慣で元気にすごそう！



今年はインフルエンザが流行するといわれています！

インフルエンザに罹患したときのために確認を！



罹患証明書は病院から発行されます。
※罹患証明書での対応は賀茂地区の医療機関のみ

罹患証明書に保護者記入欄があります。

体調が回復したら、再度医師の診察は不要です。

罹患証明書は「インフルエンザで賀茂地区内の医療機関を受診する場合のみ」適用されます。感染性胃腸炎などその他の感染症の出席停止・インフルエンザに罹患し賀茂地区外の医療機関を受診する場合は、学校で発行される登校許可書が必要になります。



早期に解熱した場合も、感染力は残るため、発症後5日を経過するまでは出席停止です

インフルエンザ出席停止期間早見表

発症日	発症後	発症後	発症後	発症後	発症後	最短
0日目	1日目	2日目	3日目	4日目	5日目	登校日
/	/	/	/	/	/	/
解熱後						
日目						

裏面に参考例を載せています。

しゅっせきていしきかんはやみひょう

インフルエンザ出席停止期間早見表

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 8日目	発症後 9日目
発症後1日目に 解熱した場合	発熱 	解熱 	解熱1日目 	解熱2日目 	解熱3日目 	解熱4日目 	登校可能			
発症後2日目に 解熱した場合	発熱 	発熱 	解熱 	解熱1日目 	解熱2日目 	解熱3日目 	登校可能			
発症後3日目に 解熱した場合	発熱 	発熱 	発熱 	解熱 	解熱1日目 	解熱2日目 	登校可能			
発症後4日目に 解熱した場合	発熱 	発熱 	発熱 	発熱 	解熱 	解熱1日目 	解熱2日目 	登校可能		
発症後5日目に 解熱した場合	発熱 	発熱 	発熱 	発熱 	発熱 	解熱 	解熱1日目 	解熱2日目 	登校可能	

インフルエンザの出席停止期間は「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。

