

保健だより 12月



+:+:*+:*+:*+:*+:*+:*+:*+:

天竜特別支援学校保健室

令和6年 12月9日

+:+:*+:*+:*+:*+:*+:*+:*+:

2024年も残すところ、あとわずかになりました。
この1年、健康に過ごすことができましたか。
またこれから寒さが一段と厳しくなり、本格的に
かぜやインフルエンザ、ノロウイルスによる嘔吐
下痢症など流行するシーズンを迎えます。感染



症に罹らないよう手洗いやマスク着用、換気など感染予防に努めて元気に過ごしましょう。

保健目標 かぜやインフルエンザを予防しよう。

寒くなって空気が乾いてくると、ウイルスが活発になり感染症が広がりやすくなります。
特に活発になるのは次のようなウイルスです。

・インフルエンザウイルス ・RSウイルス・ コロナウイルス ・ノロウイルス

かからないための予防には・・・

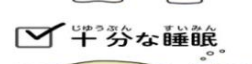
- ☐ 人がたくさんいる場所ではマスクをする
- ☐ 石けんでていねいに手を洗う
- ☐ しっかり栄養をとる（好き嫌いしないで食べる）
- ☐ ぐっすり寝る
- ☐ 規則正しい生活をする

感染症

みんなで協力して 流行を防ぎましょう



感染症予防の3原則



抵抗力を高める

感染経路の遮断



感染源の除去



★保護者の方へ★

1 高等部保護者の方へ

風邪をひきやすくなるこの時期です。体調が悪いときは御家庭で十分休ませてあげてください。インフルエンザや新型コロナ（その他の感染症を含む）に罹った時は必ず学校にお知らせください。同居家族が感染症に罹患した場合も学校へ連絡をお願いします。なお生徒本人に症状がない場合は登校可能です。

2 小中学部の保護者の方へ

病棟から外泊中や復帰支援登校中にインフルエンザや新型コロナ（その他の感染症を含む）に罹った場合は必ず学校に連絡をしてください。

3 インフルエンザ、新型コロナの出席停止について

出席停止期間は下記のとおりです。また出席停止が解除された後、登校するときには「新型コロナウイルス・インフルエンザ経過報告書」に必要事項を保護者が記入し学校に提出してください。「新型コロナウイルス・インフルエンザ経過報告書」は学校のホームページからダウンロードするか学校に連絡をください。

- ① インフルエンザに罹った場合は発症した後5日を経過し、かつ、解熱した後2日を経過するまで
- ② 新型コロナウイルス感染症に罹った場合は発症した後5日を経過し、かつ、症状が軽快した後1日を経過するまで

インフルエンザの場合（例：3日目に解熱した場合、4日目に解熱した場合）

	発症日	1日目	2日目	3日目	4日目	5日目	6日目	7日目
3日目に解熱した場合				解熱	解熱後1日目	解熱後2日目	登校OK	
4日目に解熱した場合					解熱	解熱後1日目	解熱後2日目	登校OK

新型コロナの場合（例：4日目に症状が軽快した場合、5日目に症状が軽快した場合）

	発症日	1日目	2日目	3日目	4日目	5日目	6日目	7日目
4日目に症状が軽快した場合					症状軽快	症状軽快後1日目	登校OK	
5日目に症状が軽快した場合						症状軽快	症状軽快後1日目	登校OK

