



ほけんだより 特別号

令和7年11月21日

穴水町立向洋小学校

No12 保健室

【警報発令中】インフルエンザが流行しています！

石川県は11月19日、「インフルエンザ警報」を発表しました。これは今後、大きな流行の発生や継続の可能性があるため「手洗い等の感染予防や咳エチケット等の感染拡大防止の励行」と「かぜ症状のある場合、早めに最寄りの医療機関に受診してください」という注意喚起です。

本校でも、かぜの欠席やインフルエンザと診断をされた人が報告されています。集団感染を防ぐために、朝のお忙しい時間帯ではありますが、登校前の健康観察と「早寝・早起き・朝ごはん」「手洗い」など、子どもたちの健康管理をお願いいたします。



毎朝、健康状態をチェックしてください

- ☐ 38度以上の高い熱が出ていないか
- ☐ 咳をしていないか
- ☐ 倦怠感（体のだるさ）がないか
- ☐ のどの痛みがないか
- ☐ 関節痛や筋肉痛がないか
- ☐ 下痢や腹痛がないか
- ☐ 嘔吐していないか



【参考】

インフルエンザの流行レベル（人）

- 流行開始：定点当たり報告数 1
- 注意報：定点当たり報告数 10
- 警報：定点当たり報告数 30

お願い

- ・ハンカチ忘れがあります。手洗いの機会が増えますので、毎日持たせてください。
- ・予備用のマスク（2～3枚）をご準備ください。

インフルエンザ様症状がでた場合について

インフルエンザ様症状とは・・・

発熱（38℃以上）、せき、頭痛、のどの痛み、倦怠感、筋肉痛など



病院を受診して、医師の診断を受ける。

◇主治医が指示した出席停止期間を守り、自宅で安静に過ごしてください。

◇病院を受診した後は、診断結果を学校までご連絡ください。

※熱が出てから約12時間経過しなければ、病院で検査をしても判定が出ない場合がありますので、医師にどのような症状かを伝えてください。

出席停止の期間は、

発症後5日を経過し、かつ 解熱した後2日です。

0日目	1日目	2日目	3日目	4日目	5日目	6日目	7日目
発症		解熱				登校OK!	
発症			解熱			登校OK!	
発症				解熱		登校OK!	

感染症対策には やっぱり手洗い!

せっけんを泡立てて
すみずみまで!
二度洗いが
効果的!

