

かぜやインフルエンザに 気をつけよう



朝夕の冷え込みで体調をくずしやすい時期です。11月は修学旅行や新人戦、2学期期末考査があります。生活リズムが乱れやすくなるので、早寝・早起き・朝ごはんを心がけ免疫力を低下させないようにしましょう。



県立工業高校も流行中



インフルエンザ対策

- 手洗い・うがい
- 換気
- 咳エチケット（マスク）



食事で元気！



- ビタミンC（みかん、いちご）で免疫アップ
- 体を温める食べ物（しょうが、ねぎ）を取り入れよう



生活習慣アドバイス



- スマホの使用で夜ふかししすぎないように！
- 運動不足になりやすいので、外で遊ぶ時間をつくりましょう。
- しっかり睡眠をとると、風邪予防にもつながります。



保健室からのお知らせ

- 健康診断の結果、受診が必要であるにも関わらず、まだ病院に行っていない生徒に再度「検診のお知らせ」を配付しております。早めの受診をお勧めします。

病欠証明書について

病欠証明書

1. 検査を受けた証明書等がある場合 → A のみ保護者が記入・書類の添付（裏面に貼付）

2. ①検査を受けた証明書がない場合
②定期検査にかかる欠席のうち
・「登校基準」以上の日数を欠席した場合
・新型コロナウイルス感染症の陽性である証明書がない場合
→ B のみ医療機関で記載

A 保護者記入欄（検査を受けた証明書がある場合）

石川県立工業高等学校

氏名： 〇〇 〇〇 〇〇 〇〇 〇〇 〇〇

学年： 〇〇 〇〇 〇〇 〇〇 〇〇 〇〇

欠席理由： ☐ インフルエンザ（陽性・陰性） ☐ 新型コロナウイルス感染症（陽性・陰性） ☐ 学校感染症（病名）

発症日： 令和 〇〇 年 〇〇 月 〇〇 日 〇〇 時 〇〇 分 〇〇 秒

回復日： 令和 〇〇 年 〇〇 月 〇〇 日 〇〇 時 〇〇 分 〇〇 秒

上記の通り欠席したことを証明する。

B 医療機関記入欄

石川県立工業高等学校

病名： ☐ インフルエンザ（陽性・陰性） ☐ 新型コロナウイルス感染症（陽性・陰性） ☐ 学校感染症（病名）

発症日： 令和 〇〇 年 〇〇 月 〇〇 日 〇〇 時 〇〇 分 〇〇 秒

回復日： 令和 〇〇 年 〇〇 月 〇〇 日 〇〇 時 〇〇 分 〇〇 秒

上記の通り検査を受けたことを証明する。

令和 〇〇 年 〇〇 月 〇〇 日 医療機関 〇〇 〇〇 〇〇

※この病欠証明書は保護者が提出し、登校後3日以内に提出へ提出をお願いします。 提出済み

1. 検査を受けた証明書等がある場合

→ 保護者が A を記入・書類の添付（裏面に貼付）

2. ①検査を受けた証明書がない場合

②定期検査にかかる欠席のうち

- ・「登校基準」以上の日数を欠席した場合
- ・新型コロナウイルス感染症の陽性である証明書がない場合

→ B のみ医療機関で記載









新型コロナウイルス感染症の出席停止期間

症状がいつ軽快したかで出席停止期間が前後します。

出席停止期間：発症した後5日、かつ症状が軽快した後1日を経過するまで							
	発症当日	1日目	2日目	3日目	4日目	5日目	6日目
<例1> 発症4日目に軽快	 症状出現	 悪化			 軽快	 軽快1日目	登校可能

インフルエンザの出席停止期間

いつ解熱したかにより出席停止期間が前後します。

発症後、最低5日間は登校不可								
	発症当日	1日目	2日目	3日目	4日目	5日目	6日目	7日目
<例1> 発症2日目に解熱	 発熱	 発熱	 解熱	解熱後 1日目	解熱後 2日目	発症後 5日以内 登校不可	登校可能	
<例2> 発症4日目に解熱	 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