



令和元年11月12日

松波小学校

No.17

# ほけんだより

おうちの方と一緒によみましょう。



## インフルエンザの流行期！



9月18日より、県内はインフルエンザの流行シーズンに入ったと報じられています。本校でもインフルエンザや風邪症状でのお休みが、学年に関係なく増えています。ご家庭でも、お子様の健康状態に留意され、下記や裏面の事項をご配慮くださるよう、お願いいたします。

- うがい・手洗いを励行してください。
- 咳の出るときはマスクを着用して、登校させてください。
- 流行期は人が多数集まる場所への外出は極力控えてください。
- 朝の健康観察を心がけ、次の症状があれば休ませてください。



◎朝の時点で37.0度以上ある場合 ◎咳がひどい場合 ◎頭やのどがひどく痛む場合 等

## インフルエンザ いつから登校していいの？

小・中・高校版

登校していいのは、この2つがそろった時

解熱後

2日経過している

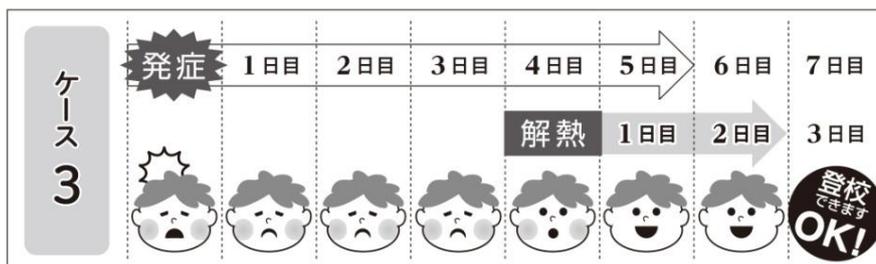
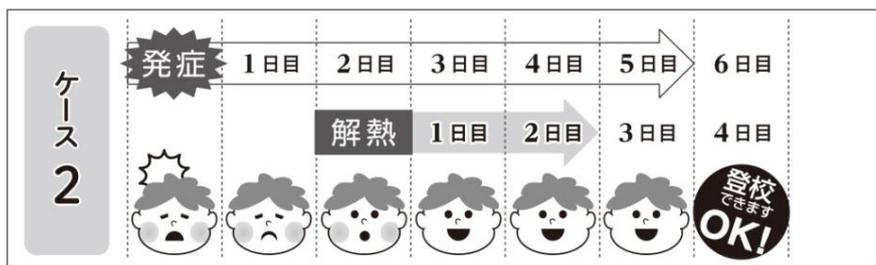
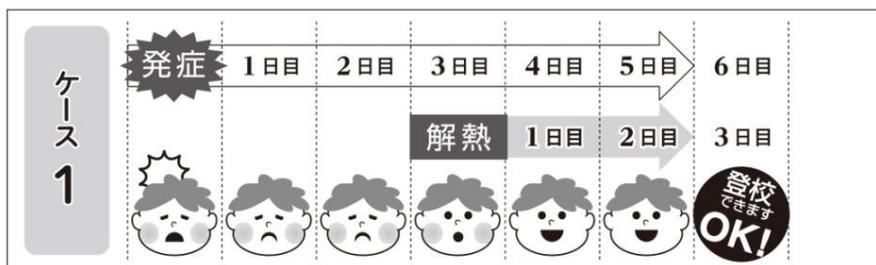
+

発症後

5日経過している

※発熱がみられた日を発症とします

※ただし、医師に「感染のおそれがない」と認められた時は登校してもOK





# 保護者のみなさまへ



## 1 健康管理について

- 毎朝、お子さんの体調をチェックし、体調がおもわしくないときや、何らかの症状があるときには体温を測るようにしてください。
- 欠席する場合は、体温（〇〇℃）及び症状（頭痛、のどの痛みがある、鼻水が出るなど）についてできるだけ詳しく病状を連絡してください。
- 帰宅後、食事前には、「手洗い」「うがい」を必ずさせてください。
- 早寝・早起きとバランスのよい食事での体調維持に努めてください。
- 流行期は、不必要な外出はできるだけ控え、混み合った場所への外出はマスクをしましょう。また、せきが出る場合はマスクをして登校させてください。（咳エチケット）
- スクールバスでは必ずマスクを着用させてください。

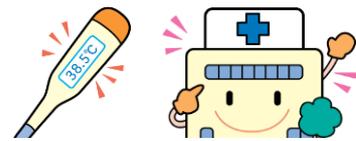


**\*マスクをランドセルに入れて準備しておいてください。  
 (学級内にインフルエンザ等が発生した場合、予防のためマスクをつけてもらうことがあります。不織布マスクの場合は、1日1枚交換が推奨されていますので、使用した場合は補充もお願いします。)**

- 御家庭の緊急連絡先電話番号に変更がある場合は、至急、担任までご連絡ください。
- 早退になった場合の対応について、ご家庭で相談しておいてください。

## 2 発熱等でインフルエンザが疑われる場合について

- 速やかに医療機関を受診してください。
  - いつから熱が出ているのか、その後の経過は
  - せき・鼻水・便・嘔吐など、他の症状は
  - なにか薬を使ったか（いつ、何を飲ませた）
  - 水分や食事はどれくらいとれているか



お医者さんに伝えてください

○受診の結果は、インフルエンザでも、インフルエンザでなくても必ず学校へ連絡してください。インフルエンザの場合、発症日と体温を連絡してください。

