



令和3年12月2日  
 門前中学校  
 保健室

## 保護者のみなさまへ

### <インフルエンザ・新型コロナウイルスの予防と対応ついて>

インフルエンザの流行シーズンに入り、今後、罹患者の増加が予想されます。以下のことについてご協力をお願い致します。

#### 早期受診・早期治療

登校前の検温と健康観察を引き続きお願いします。熱や咳などの症状が出た場合は、早めに医療機関を受診してください。医療機関で検査をしてもすぐに反応がでない場合もあります。症状がある場合は登校を見合わせていただきますようお願いいたします。

#### 学校への連絡

お子さまがインフルエンザや新型コロナウイルス等に罹患した場合、必ず学校まで連絡をお願い致します。学校保健安全法に基づき、他の幼児児童生徒に感染する恐れがある間は登校できないことになっています。“出席停止”となり、欠席扱いにはなりません。医師の指示に従い、十分に休養してから登校するようにしてください。

#### 出席停止期間

インフルエンザ…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  
 発症（発熱）した日は0日目、翌日から1日目と数えます。

新型コロナウイルス…治癒するまで

ただし、病状により学校医その他の医師において感染のおそれがないと認められたときは、その限りではありません。

## インフルエンザ!?

登校再開はいつになる?



原則 発症後、5日を経過し、かつ  
 解熱後2日を経過するまで出席停止です。

発熱中   
 解熱   
 登校可能

発熱期間	0日目	1日目	2日目	3日目	4日目	5日目	6日目	7日目
2日間								
3日間								
4日間								
5日間								

※1 発症日を0日目として数えます。

※2 発症から5日を経過しても、解熱してから2日を経過しなければ登校できません。

## <引き続き感染対策を万全に>

# まだまだ続けよう! 感染予防対策

### こまめな手洗い

30秒くらいかけて丁寧に洗い、最後に清潔なタオル等で水気を拭き取ります。外から教室に入るときや給食(昼食)の前後、共有の物を使ったとき等、こまめに洗うことが大切です。



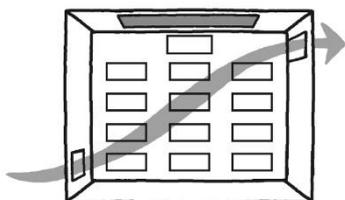
### 密接場面でのマスク着用

距離がとれないときはマスクをつけ、マスクなしでの会話は控えます。また、正しくつけないと意味がないので、鼻と口をしっかりと覆い、顔との間にすきまができないよう注意しましょう。



### 換気の徹底

2方向(対角線上)の窓等を開けると効果的です。常に窓を少し開けておくとういですが、気候上難しいときは30分に1回以上、少なくとも休み時間ごとに、数分程度、教室の窓を全開にしてください。



## 咳エチケットの徹底・密を避ける行動

マスクの着用、外出の自粛、人に咳やくしゃみをかけないように心がけましょう。

## 食事と睡眠

バランスの良い食事を心がけ、夜更かしをせず、睡眠をしっかりととりましょう。

## 手洗い・うがいの励行

こまめに手洗い・うがいを行い、外出後は特に念入りに行いましょう。みなさんの手洗いの様子を見てみると、水で手を濡らすだけの人が見られます。その手洗いの仕方では全くウイルスや細菌が落ちていません。これから寒くなり、流水での手洗いがつらい季節となりますが、感染予防のため必ず石鹸を使用し、30秒以上の手洗いを行ってください。

## <女子生徒のみなさんへ>

みなさんは「生理の貧困」という言葉を聞いたことがありますか。生活が困窮しているなど様々な理由から生理用品が買えない人のために、自治体や団体が生理用品の配布をするなどの支援が広がっています。輪島市からも市内の小中学校に生理用品の配布があり、本校では保健室にて保管しています。困った時は遠慮せずに、保健室までもらいに来てください。

また、このことで「質問したい。」「悩んでいる。」等あればいつでも保健室に相談に来てください。

