



第2号

2025.11.10  
館野小学校  
保健室

風邪やインフルエンザなど、感染症が流行り始める時期になりました。石川県でもインフルエンザ注意報が出され、今後大きな流行が発生すると言われています。日頃の生活で少し意識を変え、感染症予防モードにしましょう。

### ～予防について～

- ①ウイルスを体に入れないこと  
(手洗い、マスク、密をさける)
  - ②体を元気にしておくこと  
(早ね早起き、栄養、運動)
- 両方とも大切です。毎日つづけましょう！

気をつけよう  
感染症に



## 冬に流行しやすい 感染症

### インフルエンザ



#### 特徴

通常の風邪と比べて、急激に強い症状が現れる。

#### 潜伏期間

1～3日

#### 症状

38度以上の高熱、頭痛、関節痛、咳、鼻水、倦怠感、悪寒など

### ノロウイルス



#### 特徴

感染力が非常に強く、感染者の排泄物やおう吐物などからも感染する。

#### 潜伏期間

1～2日

#### 症状

吐き気、おう吐、下痢、腹痛、軽度の発熱など

### 新型コロナウイルス



#### 特徴

風邪のような軽い症状から、強い発熱や呼吸器症状まで幅広い。

#### 潜伏期間

2～4日程度

#### 症状

咳、のどの痛み、37.5度以上の発熱、倦怠感、味覚障害など

# おうちのかたへのおねがい

- ◇医師よりインフルエンザ等の学校感染症と診断された時には、必ず学校にご連絡下さいますようお願ひいたします。その時は、診断名、いつ発症したのか、いつまで休むように言われたのか等をお知らせください。そして、医師の指示を守り、しっかり療養してください。  
(医師からの証明は特に必要ありません。)
- ◇登校前に、ご家庭での十分な健康観察（体温測定も含む）をお願いします。前日に熱があったり、かぜ症状があったりする場合には、自宅で療養されることをおすすめします。熱があった場合は、解熱してから1日ご家庭で様子をみてからの登校をお願いします。
- ◇お子様に清潔なマスクとハンカチの準備もお願いします。（予備のマスクもランドセルに2枚ほどあると必要な時にすぐ使って良いです。）

～学校は集団生活の場となりますので、ご協力をよろしくお願いします。～

下には、インフルエンザの出席停止早見表を載せました。ぜひご活用ください。

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」								
例 1	発症後 1日目に 解熱	発症日	発症後							
		0日目	1日目	2日目	3日目	4日目	5日目	6日目	7日目	8日目
例 1	発症後 1日目に 解熱		解熱	休	休	休	休			<span>登校可能</span>
例 2	発症後 2日目に 解熱			解熱	休	休	休			<span>登校可能</span>
例 3	発症後 3日目に 解熱				解熱	休	休			<span>登校可能</span>
例 4	発症後 4日目に 解熱					解熱	休	休		<span>登校可能</span>
例 5	発症後 5日目に 解熱						解熱	休	休	<span>登校可能</span>