

# おおきくな〜れ

2024.12.18 和邇小学校 保健室

寒い毎日が続きますね。冬は、かぜやインフルエンザなどの感染症にかかりやすい季節です。

もうすぐ冬休み。1年間の自分の体調をふりかえり、来年も健康に気をつけて過ごすことができるといいですね。

## インフルエンザが流行しています！

登校前の健康観察をしましょう

\*熱がある

\*体がだるい

\*のどが痛い

\*せきがひどい

\*関節が痛い

\*はき気がする

\*おなかが痛い、げりをしている

\*あたまが痛い

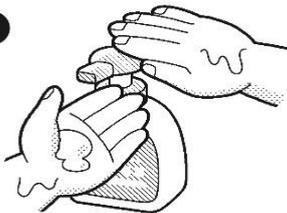
\*朝ごはんが食べられない

あてはまる症状がある時は、インフルエンザや新型コロナウイルス感染症、感染性胃腸炎(胃腸かぜ)などに感染している場合があるので、登校前におうちの人に伝えましょう。

## 手洗いをマスターしよう！

手を洗うことは、かぜやインフルエンザ、新型コロナウイルス感染症、食中毒などの予防に効果的です。外から帰ったときや食事の前には、石けんで手を洗いましょう。

①



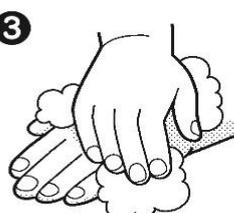
手をぬらし、石けんを手のひらにとる

②



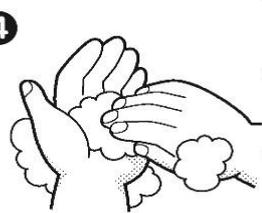
手のひらを合わせてよくこする

③



手のこうを洗う

④



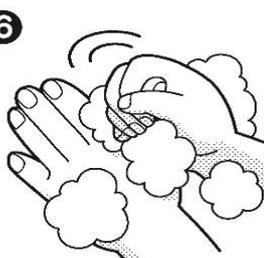
指先とつめを洗う

⑤



指の間を洗う

⑥



親指を洗う

⑦



手首を洗う

⑧



水で流し、清潔なタオルなどでふく

<保護者の方へ>

## インフルエンザ・新型コロナウイルスの出席停止期間の確認をお願いします

- ・大津市内では、インフルエンザA型の流行による学級閉鎖が増えています。  
新型コロナウイルス感染症やマイコプラズマ感染症の流行も続いています。
- ・インフルエンザや新型コロナウイルス感染症と診断された場合は、出席停止となります。  
出席停止期間は、インフルエンザは、「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」、  
コロナは、「発症した後5日を経過し、かつ症状が軽快した後1日を経過するまで」と定められています。  
すぐに熱が下がったとしても、発症日を0日目として翌日から5日間が出席停止となります。

### 欠席連絡についてのお願い

- ・テトルで欠席連絡をいただく際、症状を詳しくお知らせいただきありがとうございます。  
備考欄に「38℃の熱、のどの痛み」「熱はないが吐き気がある」「病院受診してインフル検査陰性、  
コロナ検査陰性」などと記載いただけると、流行状況の把握に助かります。
- ・受診され感染が確認された場合は、①受診日と感染症の種類(インフルエンザの場合、A型かB型か)  
②発症日と症状 ③登校再開予定日 等をテトルの備考欄にてお知らせください。
- ・「体調不良」のみの場合は、具体的な症状を確認させていただく場合があります。

### 登校再開日 早見表

|  | 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  |
|--|--|------|------|------|------|------|--|------|------|
|  | 日  | 日    | 日    | 日    | 日    | 日    | 日  | 日    | 日    |
| 新<br>型<br>コ<br>ロ<br>ナ  | 発症  | 症状軽快 |      |      |      |      | 登校再開   |      |      |
|  | 発症  |      | 症状軽快 |      |      |      | 登校再開   |      |      |
|  | 発症  |      |      | 症状軽快 |      |      | 登校再開   |      |      |
|  | 発症  |      |      |      | 症状軽快 |      | 登校再開   |      |      |
|  | 発症  |      |      |      |      | 症状軽快 |  | 登校再開 |      |
|  発症 | コロナもインフルもここは同じ<br>基本「発症日を0日目として5日を経過するまで」  |      |      |      |      |      | コロナは「かつ症状が軽快した後<br>1日を経過するまで」<br><br>インフルは「かつ解熱後<br>2日を経過するまで」 |      |      |
| イ<br>ン<br>フ<br>ル   | 発症  | 解熱   |      |      |      |      | 登校再開   |      |      |
|  | 発症  |      | 解熱   |      |      |      | 登校再開   |      |      |
|  | 発症  |      |      | 解熱   |      |      | 登校再開   |      |      |
|  | 発症  |      |      |      | 解熱   |      |  | 登校再開 |      |
|  | 発症  |      |      |      |      | 解熱   |  |      | 登校再開 |