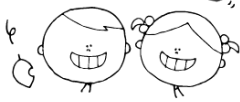




# すこやか

とくべつこう  
特別号

れいわ ねん がつじゅうよっか げつ  
令和4年11月14日(月)



しづしょうがっこう  
志津小学校 ほけんだより



ひと  
おうちの人とよみましょう。

あさばん ひ こ  
朝晩はぐっと冷え込むようになり、秋らしい気候になってきましたね。この気温が低く、からっ  
とした空気が大好きなのが、菌やウイルスです。菌やウイルスに負けない体を作るためにも、早  
ね・早起き・朝ごはんを心がけて、心も体も元気にすごしましょう。



## ☆感染症について☆

きおん さ  
気温が下がり、菌やウイルスがすごしやすい気候になってきたこともあり、感染症にかかる人  
の数が増えてきています。また今年度は、新型コロナウイルス感染症だけでなく、インフルエン  
ザや感染性胃腸炎、水ぼうそうなどの感染症にかかっている人も多くいるようです。いつもの  
自分の生活をふり返り、感染症対策をしっかりとできているか確認してみましょう。

### ① 手洗い・うがい

そと かえ あと きゅうしょく まえ  
外から帰った後、給食の前、トイレの後…手洗い・うがいででき  
ていますか？寒くなってくると冷たい水で手を洗うのが嫌だという声を  
よく聞きますが、手洗い・うがいは感染症対策の基本の“き”です。  
ゆび あいだ つめ さき  
指の間や爪の先までしっかり洗うようにしましょう。手を洗った後  
は、きれいなハンカチ・タオルでふくことも忘れずに。



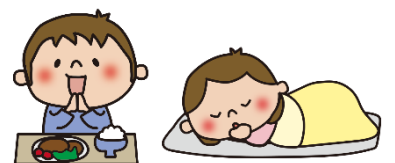
### ② マスクを正しくつける

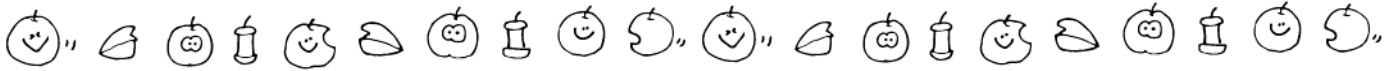
きん はな くち からだ なか はい  
菌やウイルスは、鼻や口からみなさんの体の中に入ってきます。し  
っかりと鼻からあごまで、マスクでかかれていますか？また、音楽の  
授業で楽器を演奏するときなどマスクを外するときもあると思います。  
マスクを外すときには、お話しすることのないようにしましょう。



### ③ 早ね・早起き・朝ごはんを心がける

はや はや お あさ こころ  
早ね・早起き・朝ごはんを心がけてすごすことで、菌やウイルスと  
たたかう力がつき、感染症にかかりにくい強い体にする事ができ  
ます。特に22時～2時までの“健康のゴールデンタイム”にはぐっす  
り眠るようにできるといいですね。





しゅっせきていし  
**☆出席停止について☆**

か き かんせんしょう  
 下記の感染症にかかっていると医師が判断した場合には、がっこうほけんあんぜんほうしこうきそくだい じょうだい  
 2項に基づき、出席停止の対象となります。インフルエンザについては新型コロナウイルス  
 かんせんしょう どうよう い し しんだんないよう けっせきとどけ しゅっせきていしよう ほごしゃさま きにゆう  
 感染症と同様、医師の診断内容を『欠席届（出席停止用）』に保護者様に記入していただきます  
 が、それ以外の感染症で出席停止扱いにするためには、『出席停止証明書』に医師による記入  
 ひつよう けっせきとどけ しゅっせきていしよう しゅっせきていししやうめいしよ い し きにゆう  
 が必要になります。『欠席届（出席停止用）』または『出席停止証明書』の提出がない場合に  
 は、しゅっせきていしあつか  
 出席停止扱いになりません。

区分	病 名	出席停止期間の基準 (ただし、No.1～7は、病状により医師において感染のおそれがないと認めるときはこの限りではない)
1	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
2	百日咳	特有の咳が消失するまで又は5日間の適正な抗菌性物質製剤による治療が終了するまで
3	麻疹（はしか）	解熱した後3日を経過するまで
4	流行性耳下腺炎（おたふくかぜ）	耳下腺、顎下腺又は舌下腺の腫脹が発現した後5日を経過し、かつ、全身状態が良好になるまで
5	風疹（三日ばしか）	発疹が消失するまで
6	水痘（水ぼうそう）	すべての発疹が痂皮化するまで
7	咽頭結膜熱	主要症状が消退した後2日を経過するまで
8	結核	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るまで
9	髄膜炎菌性髄膜炎	
10	腸管出血性大腸菌感染症	
11	流行性角結膜炎	
12	急性出血性結膜炎	
13	その他（ ）	

なひか  
 痂皮化とは、かさぶたになることです

※その他 マイコプラズマ肺炎、感染症胃腸炎、溶連菌感染症 など

**インフルエンザの出席停止期間について**

発症後5日を経過＋解熱後2日を経過するまでは、  
 学校はお休みになります。ゆっくり静養してください。

例	発症日 0日目	発症後 1日目	発症後 2日目	発症後 3日目	発症後 4日目	発症後 5日目	発症後 6日目	発症後 7日目
発症後2日目に 解熱した場合	発症/発熱 	発熱 	解熱 	解熱後 1日目 	解熱後 2日目 	※まだ発症後5日を経過していないため登校できない	登校可能 	
出席停止期間	→							
発症後4日目に 解熱した場合	発症/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 
出席停止期間	→							

はつねつ ひ はっしょうひ  
 発熱した日を、『発症日〇  
 にちめ かぞ ねつ  
 日目』として数えます。熱が  
 さ あと  
 下がった後もウイルスを  
 はいしゅつ かろうせい  
 排出している可能性がある  
 ので、とうこう ひか  
 登校は控えましょう。

