



# ほけんだより



2024

12

令和6年12月2日メール配信

12月の保健目標：かぜをひかないように気をつけよう /



いよいよ冬本番です。外が寒くなると家の中にこもりがちになります。時間を決めて、窓を開け空気の入れ替えをし、外に出て新鮮な空気を吸ってリフレッシュしましょう。

## キケン！ ポケットに手を入れてあるかないで！！

寒くなってきて、ポケットに手を入れている人をよく見かけます。つまずいたときに、手がでなくて、大きなけがにつながります。



寒いときは、手袋をしましょう。  
必要時、ご家庭でも手袋のご準備をお願いします。



## 保護者の方へご確認ください。感染症にかかった場合



### \*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
- 新型コロナウイルス感染症：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

### インフルエンザの場合 (例：3日目に解熱した場合、4日目に解熱した場合)

	発症日	1日目	2日目	3日目	4日目	5日目	6日目	7日目	
3日目に解熱した場合		発熱			解熱	解熱後1日目	解熱後2日目	登校OK	
4日目に解熱した場合		発熱				解熱	解熱後1日目	解熱後2日目	登校OK

### 新型コロナの場合 (例：4日目に症状が軽快した場合、5日目に症状が軽快した場合)

	発症日	1日目	2日目	3日目	4日目	5日目	6日目	7日目	
4日目に症状が軽快した場合		有症状				症状軽快	症状軽快後1日目	登校OK	
5日目に症状が軽快した場合		有症状					症状軽快	症状軽快後1日目	登校OK



発熱のないインフルエンザも出ているようです。引き続き毎朝の健康観察へのご協力をお願いします。また、感染症にかかっているとわかった場合は学校にご連絡ください。

