

# ほけんだより ~特別号~

インフルエンザに注意!



本校や近隣の学校でもインフルエンザが発生しています。

症状

38度以上の高熱



筋肉痛や関節痛等  
全身症状



喉や頭の強い痛み



症状が急激に出る



感染のしかた

咳やくしゃみの  
飛沫がかかる



ウイルスのついた手  
で鼻や口を触れる



疲れている時、ストレスや疲れがたまっている時は、免疫力が落ち、感染症にかかりやすくなるので注意しましょう!

予防方法

手洗い・うがい  
マスクをする



人混みを避ける



十分な栄養・休養  
(免疫力を高める)



予防接種を打つ



- インフルエンザの症状がある時、体調が悪い時は、病院を受診して自宅でゆっくり休養しましょう。
- インフルエンザと診断された時は、出席停止になります。担任まで連絡をお願いします。
- インフルエンザが治癒して登校する時は、薬の説明書のコピーや病院の領収症のコピーなど受診したことがわかるものを提出してください。診断書や登校許可証は必要ありません。



## インフルエンザ いつから登校していいの?

小・中・高校版

登校していいのは、この2つがそろった時

解熱後

2日  
が経過している



発症後

5日  
が経過している

※発熱がみられた日を発症とします

※ただし、医師に「感染のおそれがない」と認められた時は登校してもOK

