

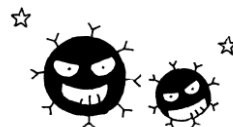
保健便り



令和8年9月17日 飯山満中・保健室

学校管理下で怪我をしたら、医療費の給付が受けられます(加入者のみ)。詳しくは「日本スポーツ振興センター災害共済給付制度」で検索又は本校保健室へ

インフルエンザによる学級閉鎖を実施



本校3年生1クラスは、インフルエンザ等による欠席や早退した生徒が複数見られたため、学級閉鎖等を行うことになりました。【期間：9月17日(木)午後～18日(金)】

インフルエンザウイルスは、人の手から口や鼻を通してうつり、急に38℃以上の高い熱が出るのが特徴です。また、頭痛、咳、のどの痛み、関節の痛みなどの症状もあります。

発熱1日前から7日目頃までうつる可能性があるので、「おかしいな？」と思ったら、無理して登校せず、早めに医師の診察を受けましょう。

感染予防は…!

基本は、手洗いです!

- 石けんでのていねいな**手洗い**を心がけましょう。
- 咳エチケット**を心がけてください。咳や鼻水の症状がある人は、**マスクの着用**をお願いします。
- 栄養と睡眠**をたっぷりととり、規則正しい生活をして、**体の抵抗力**を高めておきましょう。
- 部屋の窓を開けて、**常時換気**をしましょう。
- 人込みへの外出**は、なるべく控えましょう。
- 事前の**予防接種**が効果的です。

こんなことにご注意を…!

- 発病後、48時間以内に薬(抗ウイルス薬)を飲むと治療に効果的です。
早めの受診をお勧めします。
- 水分**はこまめにとりましょう。
- インフルエンザは、感染する病気ですので、**出席停止扱い**となります。
発症後5日かつ解熱後2日経過してからの登校が目安です。早すぎる登校は他の生徒にうつしてしまう可能性があります。登校する時期は、必ず医師の指示に従ってください。
- 塾や習い事先**でも感染症が流行している可能性があります。参加については、慎重に判断をしてください。

保護者の方へお願いです

学校は多くの生徒が一か所に集まって、勉強や部活動、行事等を行っており、感染症が広がりやすい環境です。

そこで、毎朝、お子様が登校する前に、健康観察をお願いします。そして、体調不良時は学校を休むよう、ご協力をお願いします。

