

ほけんだより



※バックナンバーは、本校ウェブページでご覧いただけます



引き続き、感染症予防をお願いします。



12月になり、寒さが本格的になりました。11月半ばより、インフルエンザの感染拡大が見られ学級閉鎖や授業打ち切りなど予防対策のため、御協力をいただきましてありがとうございました。おかげさまで、感染症の感染拡大も落ち着きを取り戻しつつあります。今後も油断することなく、感染症予防対策を取り組んで参ります。御家庭においても、「早ね・早おき・朝ごはん」で生活リズムを整え、手洗い・マスク・換気などの基本的な感染症予防をしっかりと取り組めるようお声掛けください。

12月の保健目標：冬を健康に過ごそう

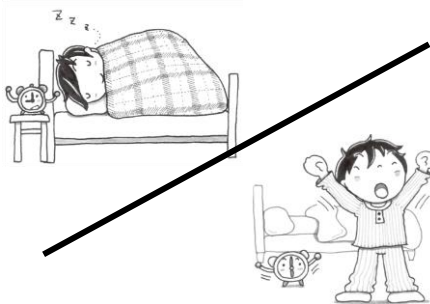
冬を健康に過ごすための5つ習慣

3食しっかり食べる



バランス良く食事をとりましょう。

早寝・早起きをする



早寝・早起きをして、疲れを残さないようにしましょう。

咳エチケット



咳症状がある人はマスクを着用しましょう。

換気の徹底



適宜、換気をして部屋の空気を新鮮なものにしましょう。学校では、常に対角線上に窓を開けて換気をしています。

手洗いをする






帰宅後、食事前など石けんによる手洗いは守ってほしい感染症予防の基本です。

現在、宮城県では、インフルエンザの感染者が急増しています。また、コロナウイルス感染症も終息していません。感染症の基本的な予防対策は同じです。

裏面に、インフルエンザとコロナウイルス感染症の出席停止期間について載せております。ご確認ください。




.....インフルエンザと診断されたら.....

インフルエンザと診断を受けたら「出席停止」となります。出席停止の期間は「発症から5日を経過し、かつ解熱した後2日を経過するまで」となっています。

日数	0日目	1日目	2日目	3日目	4日目	5日目	6日目	7日目
	発症日							
Aさん 	発熱		平熱に戻る (解熱0日)	解熱後 1日経過	解熱後 2日経過	自宅で 休養	登校可能	
Bさん 			平熱に戻る (解熱0日)	解熱後 1日経過	解熱後 2日経過	登校可能		
Cさん 	発熱				平熱に戻る (解熱0日)	解熱後 1日経過	解熱後 2日経過	登校可能

.....コロナウイルス感染症と診断されたら.....

コロナウイルス感染症と診断を受けたら「出席停止」となります。出席停止の期間は「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」となっています。

日数	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	7日目
	発症日							
Aさん 	発熱		症状 軽快日	症状 軽快	症状 軽快	症状 軽快	登校可能	
Bさん 			症状 軽快日	症状 軽快	登校可能			
Cさん 	発熱					症状 軽快日	症状 軽快	登校可能

出席停止の期間は「学校保健安全法施行規則」に定められているものです。決められた期間、自宅でしっかりと休養させてください。不明な点は、学校までお問い合わせ下さい。