

保健室より

医療機関にて、インフルエンザ等の学校感染症に指定されている病気の診断を受けた場合、欠席ではなく「出席停止」となり、学校へ登校することができなくなります。その際、**必ず学級担任へ連絡してください**。また、医師の指示に従い、必ず自宅にて十分に療養してください。

なお、学校感染症にかかった場合は、「学校感染症の診断書及び証明書」が必要となります。感染の危険性がなくなったら、医療機関にて必要事項等を記入していただき、学校に提出してください。

〔インフルエンザの予防に努めてください！〕

本校においても、インフルエンザの流行する時期になりますと、学校内での感染が懸念されます。ひとりひとりが感染予防に努めてください。

なお、万が一感染した場合も、周りの人へうつさないよう感染防止に心掛けましょう。

☆毎朝、自宅にて健康チェックをしてください

発熱、のどの痛み、全身のだるさ、関節痛、頭痛、鼻水、せき、腹痛等の有無。体温が37.0度以上あった場合は、無理をせず自宅にて休養をとりましょう。

熱が上がってくるようであれば、医療機関に連絡をしてから、受診してください。

☆手洗い、うがいをしましょう

特に食事前や学校・外出先から帰宅した際は、必ず手洗いとうがいをしましょう。

手洗いは接触による感染を防ぎ、うがいはのどの乾燥を防ぎます。

☆マスクの着用を心掛けてください

学校内や外出先での感染予防はもちろん、家族内にインフルエンザ感染者がいる場合、自分の体調が悪くなければ登校しても構いませんが、必ずマスクを着用して登校してください。

せきやくしゃみ、のどの痛みがある人も、学校内では必ずマスクを着用しましょう。

☆栄養と休養を十分にとりましょう

栄養と休養をきちんと取ることは、体力をつけ、抵抗力を高めます。そのため、感染症にかかりにくくなります。