



ほけんだより 1月号

令和2年1月8日
川口小学校
養護教諭 矢野勁純
No. 11

新年、あけましておめでとうございます。みなさん、^{しんねん}今年^{ことし}はどんな1年^{ねん}にしたいですか？^{ふゆやす}冬休み^{がくねん}がおわり、学年^{がっき}のまとめである3学期^{なにごと}がスタートしました。何事^{きほん}にも基本は健康^{けんこう}にあります。まずは、「冬休みモード」の生活^{ふゆやす}を切りかえること^{せいかつ}から始め^きましょう。^{ことし}今年^{げんき}もみなさんが元気^{けんこう}で健康^{たの}な楽しい毎日^{まいにち}が送^{おく}れますように☆

インフルエンザの診断を受けたときはお知らせ下さい

インフルエンザ出席停止例

＜出席停止期間＞＊発症^{はっしょう}した後^{あと}5日^かを経過^{けいこ}し、かつ解熱^{げねつ}した後^{あと}2日^かを経過^{けいこ}するまで＊

	0日目	1日目	2日目	3日目	4日目	5日目	6日目	7日目	8日目		
 Aくん	発熱	解熱			発症後 4日目	発症後 5日目	登校 可能	はっしょうび ねつ ！発症日（熱がで にち かそ 0日として数え はや げねつ ば ！早く解熱した場 はっしょうご か 発症後5日を とうこう で、登校できませ しゅっせきていし ！出席停止となり いいにはなりません			
	発症	発症後 1日目	解熱後 1日目	解熱後 2日目							
	出席停止										
 Bさん	発熱	解熱			発症後 5日目	登校 可能					
	発症	発症後 1日目	発症後 2日目	解熱後 1日目			解熱後 2日目				
	出席停止										
 Cくん	発熱	解熱			発症後 1日目	解熱後 2日目	登校 可能				
	発症	発症後 1日目	発症後 2日目	発症後 3日目						解熱後 1日目	解熱後 2日目
	出席停止										
 Dさん	発熱	解熱			発症後 1日目	解熱後 2日目	登校可 能				
	発症	発症後 1日目	発症後 2日目	発症後 3日目						発症後 4日目	解熱後 1日目
	出席停止										
 Eくん	発熱	解熱			発症後 1日目	解熱後 2日目	登校 可能				
	発症	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
	出席停止										

かぜとインフルエンザのちがい

かぜ



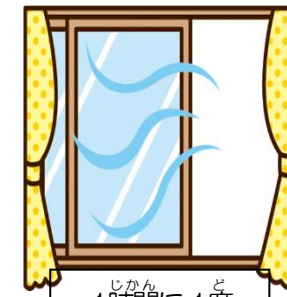
インフルエンザ



寒い時期のけがや病気に注意！



ポケットに手を入れたまま
ある歩かないようにしましょう



1時間に1度
換気をしましょう



感染症にならないよう
人の多い場所は避けましょう



手洗い・うがいを
こまめにしましょう



咳エチケットを
守りましょう



乾燥しないよう
加湿器をつけましょう



早寝早起きを
しましょう