



平成30年1月9日

No. 18 小笠原中学校 保健室



# インフルエンザの報告が入っています!



今日から、3学期がスタートしました。インフルエンザでの罹患連絡、高熱での欠席連絡が入っています。1月9日現在、小笠原中学校では、全校生徒でインフルエンザに感染した人、疑い(高熱などの症状)がある人が出てきています。小学校、高等学校からも、インフルエンザの報告が入ってきています。

インフルエンザは、毎年流行するもので、誰かしらが、かかってしまうことは、仕方ありません。大流行を避けるため、次の対応をお願いいたします。ご不明な点があれば、学校へご連絡ください。

## 1. インフルエンザにかからないようにするためには…

### ①手洗い・うがいをこまめにする!

お茶やお水をこまめにとることも有効だそうです。

### ②十分な休養と栄養をとる!

体の免疫力を高めておきましょう。体を冷やさないようにすることも大事です。

### ③人混みを避ける!

福祉センターなどの子どもたちがよく集まる場所は、流行中は避けた方がいいです。万が一、学級閉鎖になった場合も、利用は控えましょう。



## 2. インフルエンザと診断されたら…

### ①症状発生

### ⑥学校登校・証明書提出

インフルエンザの出席停止期間は、「発症した後5日を経過し、かつ、解熱をした後2日を経過するまで」。  
出席停止期間は、欠席扱いにはなりません。

〈症状〉

- ・ 38℃以上突然の高熱
- ・ 関節痛・筋肉痛
- ・ のどの痛み、咳
- ・ 悪寒・倦怠感

〈ポイント〉

- ・ 飛沫・接触感染します。
- ・ 潜伏期間は、1～3日。

### ⑤病院で証明書発行

治ったことを証明する「学校感染症 証明書」(裏面)を病院で記入してもらってください。用紙は、本校ホームページからダウンロードできます。学校に取りに来ていただいても、この裏面を使用しても、かまいません。

### ④自宅で休養

②必ず病院受診を! 出席停止期間を守る

③学校へ診断結果を連絡!

発熱期間	日0	1	2	3	4	5	6	7
2日間	発熱		解熱					登校
3日間	発熱			解熱				登校
4日間	発熱				解熱			登校
5日間	発熱					解熱		登校

