

ほけんだより



令和5年10月20日(金)
京都府立井手やまぶき支援学校
保健室

10月に入り、急に朝晩と日中の気温差が大きくなり、体調を崩しやすい季節になりました。学校等欠席者・感染症情報システムによると、令和5年度は、全国的にインフルエンザの流行が早く、警戒レベルを超えている地域もあります。本校でも、10月は新型コロナウイルス感染症よりインフルエンザの報告が多い状況です。

*** インフルエンザ ***
「発症した後5日を経過し、かつ、解熱した後2日を経過するまで」出席停止となります。
※発症日(症状出現日)を0日目としてかぞえます。

【感染症による出席停止の基準】早見表

	0日目	1日目	2日目	3日目	4日目	5日目	6日目
インフルエンザ	発症	発熱	発熱	解熱	解熱	解熱	登校可能
新型コロナウイルス感染症	発症	発熱	発熱	発熱	解熱	解熱	登校可能

※「欠席理由並びに登校許可に関する届」の提出をお願いします。

【特徴的な症状】
高熱・味覚症状・呼吸器症状・様々な症状等

*** 新型コロナウイルス感染症 ***
「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」出席停止となります。
※発症日(症状出現日)を0日目としてかぞえます。

かんせんしょう 感染症
ちゅういぼう 注意報!

かんせんしょうりゅうこう 感染症流行の季節がやってきました。
うつらない・うつさないためのキホンを確認!

てあら 手洗い
手のひら・つめ・親指のまわり・手の甲・指の間・手首を20秒以上かけて洗おう。

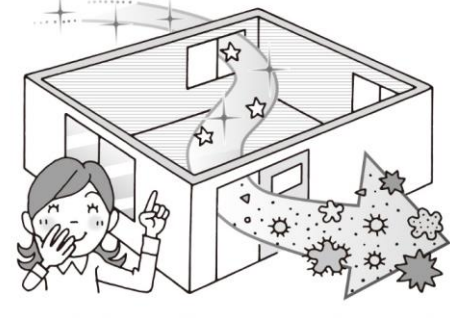
せきエチケット
せきやくしゃみをするときは、腕やハンカチで飛沫をガード。

たいちょうかくにん 体調確認
はつねつ 発熱やせき・鼻水などの症状があるときは無理せず休もう。

きそくただい 規則正しい生活をして
たいちよう ととの 体調を整えることも大切



かんき 換気のやり方
くうき の「入口」と「出口」ができるように2カ所以上の窓を開けましょう。
また、部屋の対角線の窓を開けると空気の通り道ができて効果的です。



ご家庭でも、引き続き健康観察をお願いします。学校で発熱等、体調が悪くなった場合は、お迎えの御協力をお願いします。

かんせんせいいもちょうえん 感染性胃腸炎

11月～3月にかけて、感染性胃腸炎が流行しやすくなります。
主な症状 嘔吐、下痢、発熱
嘔吐・下痢は1日数回から、ひどいときには10回以上になる場合も。
症状は1～2日でおさまることが多いです。
もしこれらの症状が見られたら、脱水にならないようこまめに水分補給をしてください。症状がひどかったり、水分がとれなかったりするときは、医療機関を受診しましょう。

たいおんせうじょうしよ 体温調節しよう
ふくそう 服装で

かぞへ 家族みんなで手洗いの徹底を
かんせんせいいもちょうえん 感染性胃腸炎は、ノロウイルスなどが手指を介して感染することで起こります。食事の前やトイレの後は、必ず石けんで手を洗いましょう。

