



# ほけんだより



萩野小学校 保健室 令和7年11月20日



## インフルエンザ注意報が発令されています！



愛知県では11月6日にインフルエンザ注意報が発令されました。昨年より1か月早く流行入りしています。豊田市内ではたくさんの学校で学級閉鎖の措置がとられており、今後、さらに感染拡大の可能性が考えられています。今現在、萩野小学校での流行はみられませんが、十分な注意が必要です。まずは、自分でできる予防からはじめましょう。

### 感染症を寄せつけない

#### 5つの工夫

インフルエンザなど感染症が流行しやすい時期になりました。少しの心がけでかかりにくくできます。



手洗いをする



人混みを避ける



うがいをする



マスクをつける



予防接種を受ける

#### 保護者の皆さまへ

毎朝、登校前にお子さんの健康観察をしていただくと、体調不良を早期に発見することができます。特に、いつもと違うなど思ったときは、必ず体温を測ってください。37.5℃以上の発熱がある場合は医療機関への受診をお願いします。

## ※インフルエンザ、コロナウイルス感染症にかかった場合、今年度も治癒証明書はいりません。

出席停止期間の確認が必要になりますので、検査の結果インフルエンザやコロナウイルス感染症と診断された場合は、必ず学校へのご連絡をお願いいたします。

★出席停止期間について、感染後の日数の数え方を裏面に載せます。ご確認ください。



## 生活習慣チェックカードへのご協力ありがとうございました

6月の保健教育後、夏休みの最終週、9月の学校保健委員会後と3回にわたり、「生活習慣チェック」に取り組みました。今回は、それぞれ自分の生活を振り返ったとき、自分の生活の問題点を課題とし、その課題を意識して生活できるよう、自分の目標「myめあて」を決めて、3回のチェックに取り組みました。



子どもたちはそれぞれ、「電子メディアの時間を減らす」「座る時の姿勢を気をつける」「早く寝るようにする」「運動をがんばる」「好き嫌いをしないで食べる」「寝る1時間前は電子メディアを見ない」など自分なりの「myめあて」を決め、その目標を達成しようと取り組む姿がありました。3回にわたりいただいた保護者の皆さま

からの一言は、子どもたちのはげみとなっていました。

点検したチェックカードを返却しますので、子どもたちのがんばりを褒めていただければと思います。お忙しい中のご協力、本当にありがとうございました。



【インフルエンザと診断された場合の出席停止期間について】  
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。

【インフルエンザ出席停止期間の数え方】  
発症した日・発熱した日を0日目とし、それぞれ翌日からの日数を数えます。  
そのため最短でも6日目からしか登校できないことになります。

	発症 0日目 ( / )	発症 1日目 ( / )	発症 2日目 ( / )	発症 3日目 ( / )	発症 4日目 ( / )	発症 5日目 ( / )	発症 6日目 ( / )	発症 7日目 ( / )	発症 8日目 ( / )
1日目 に解熱	発熱	解熱	解熱後 1日	解熱後 2日			登校可		
2日目 に解熱	発熱	発熱	解熱	解熱後 1日	解熱後 2日		登校可		
3日目 に解熱	発熱	発熱	発熱	解熱	解熱後 1日	解熱後 2日	登校可		
4日目 に解熱	発熱	発熱	発熱	発熱	解熱	解熱後 1日	解熱後 2日	登校可	
5日目 に解熱	発熱	発熱	発熱	発熱	発熱	解熱	解熱後 1日	解熱後 2日	登校可

【新型コロナウイルス感染症の出席停止期間について】  
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。

【新型コロナウイルス感染症出席停止期間の数え方】  
発症した日を0日目とし、翌日からの日数を数えます。  
症状が軽快した日、その日は日数に数えず、翌日から日数を数えます。  
そのため、最短で6日目から登校できます。

※「症状が軽快」とは、解熱剤を使用せずに解熱し、かつ呼吸器症状（咳・息切れ等）が改善傾向である場合を言います。

	発症 0日目 ( / )	発症 1日目 ( / )	発症 2日目 ( / )	発症 3日目 ( / )	発症 4日目 ( / )	発症 5日目 ( / )	発症 6日目 ( / )	発症 7日目 ( / )	発症 8日目 ( / )
1日目 に軽快	発症	軽快	軽快後 1日				登校可		
2日目 に軽快	発症	症状 継続	軽快	軽快後 1日			登校可		
3日目 に軽快	発症	症状 継続	症状 継続	軽快	軽快後 1日		登校可		
4日目 に軽快	発症	症状 継続	症状 継続	症状 継続	軽快	軽快後 1日	登校可		
5日目 に軽快	発症	症状 継続	症状 継続	症状 継続	症状 継続	軽快	軽快後 1日	登校可	
6日目 に軽快	発症	症状 継続	症状 継続	症状 継続	症状 継続	症状 継続	軽快	軽快後 1日	登校可