

臨時ほけんだより

インフルエンザ が流行しています！

予防には、とにかくこまめに手洗い・うがいをすることが大切です。手洗いには石鹼を使い、しっかり洗いましょう。

せきエチケット

- ① せきやくしゃみがでるときはマスクをする。
- ② せきやくしゃみを、ほかの人に向けてしない。
- ③ 手のひらで、せきやくしゃみを受け止めたときは、すぐに手を洗う。（ウイルスのついた手で物などにさわらない）

マスク使用時の注意点

● 常につけていますか？

食事中やうがいをするときなどを除いて、マスクは常時着用が原則。つけたり外したりすると、感染の広がりを十分に防げません。

● すき間があいていませんか？

つけたときに、鼻とあごの部分を押さえてぴったりとつけ、顔とのすき間を作らないことが大切です。

● 「使い捨て」にしていますか？

もし、かぜやインフルエンザにかかっていたら、きれいに見えても、ウイルスがついています。「まだ使えそう」など考えず、すぐにゴミ箱へ。

法律で
決まっています

インフルエンザの
出席停止期間



インフルエンザの出席停止期間は、法律（学校保健安全法）で右記のように定められています。

発症した後5日を経過し、かつ、解熱した後2日（幼児では3日）を経過するまで。

早く熱が下がって、元気になったように見えても、ほかの人に感染させる可能性がありますので、自己判断での登園（所）はできません。