

保健だより 12月

大阪市立住吉中学校
2016年12月1日

今年最後の月となりました。この1年はどう過ごしましたか。うれしかったこと、楽しかったこと、悲しかったこと、悔しかったことがいろいろあったと思います。この1年間に経験したことを糧にして、来年に向けて頑張りましょう。

カゼ予防対策

手洗い・うがいをする



十分な睡眠をとる



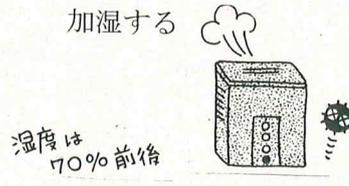
換気をする



栄養のとれた食事とる



加湿する



湿度は70%前後

人込みを避ける



例年より早くインフルエンザが流行ってきています。油断せず、予防に努めましょう。

インフルエンザは学校保健安全法という法律で出席停止期間が決められています。

勉強、部活動・・・いろいろ 気にはなりますが、自分だけ良かったらではなく、熱が早くに下がっても、感染力がなくなり体力がもどるまで、主治医の指示に従って家庭で休養してください。

インフルエンザ出席停止期間です。参考にしてください。

インフルエンザ!?

登校再開はいつになる?



原則

発症後、5日を経過し、かつ
解熱後2日を経過するまで出席停止です。



発熱



解熱



解熱後



登校可能

発症日	1日目	2日目	3日目	4日目	5日目	6日目	7日目

※1 発症日翌日を1日目と数えます。

※2 発症から5日を経過しても、解熱してから2日を経過しなければ登校はできません。

住吉中学校では、インフルエンザによる医師の診断書は必要ありません。