



今年はどんな1年でしたか？新型コロナウイルスの影響でいろいろなことが変わり、我慢しないといけないこともありました。みなさんは、今年1年いろいろなことを我慢したり学校再開してからいろいろと頑張りましたね。



もう少しで今年も終わります。来年はどんな年にしたいですか？

12月の保健目標 かぜ・インフルエンザの予防をしよう！

先日、感染症特集の保健だよりで予防についても掲載しました。見ていただけたでしょうか？今年の冬は、かぜ、新型コロナ、インフルエンザと感染症としては症状が似ていて判別がなかなかつかないこともあると思います。感染症の拡大を防ぐのは、人から感染されない、人に感染させないために予防することだと思います。各感染症の症状等は下記の表を参考にしてみてください。

病名と症状	コロナ？			インフルエンザ？			かぜ？		
	せき	熱	倦怠感	頭痛	下痢	のどの痛み			
新型コロナウイルス	☹️	平熱 ～高熱	☹️	☹️	☹️	☹️			
インフルエンザ	☹️	高熱	☹️	☹️	☹️	☹️			
かぜ	☹️	平熱 ～微熱	☹️	☹️	😊	☹️			

よく似た症状が多く、自分では判断できないことがほとんどです。「体調が悪いな」と思ったら、早めに休みましょう。

☹️ … 高頻度 ☹️ … よくある ☹️ … ときどき 😊 … まれに ※無症状の場合を除く

…インフルエンザにかかったら…

昨年同様にインフルエンザ経過報告書を提出してもらいます。病院でいただけることが多いと思いますが、いただけない場合は学校のホームページにも掲載していますので印刷してお使いください。また、学校にもありますのでお声かけください。

インフルエンザにかかったら

**登校
できません**

小学生以上では、「発症したあと5日を経過し、かつ、解熱したあと2日を経過するまで」出席停止です。

0日目	1日目	2日目	3日目	4日目	5日目	6日目	7日目
☹️ 発症	☹️	😊 解熱	😊 1日目	😊 2日目	😊	🏠 登校OK	
☹️ 発症	☹️	☹️	😊 解熱	😊 1日目	😊 2日目	🏠 登校OK	
☹️ 発症	☹️	☹️	☹️	😊 解熱	😊 1日目	😊 2日目	🏠 登校OK

別紙にて、インフルエンザ経過報告書を配付いたします。ご活用ください。