

# ほけんだより 1月



2017.1

名西高等学校 保健室

2017年が始まりました。今年もよろしくお祈いします。みなさんはどんな1年にしたいですか？ 気持ち新たに目標を決めて、有意義な1年にしてください。

## インフルエンザにかかったら...

インフルエンザに感染すると普通のカゼの症状の他に、高熱や悪寒、関節・筋肉など全身の痛みといった重い症状が出ます。普段から手洗い・うがい、換気などの予防を徹底することが何よりも重要ですが、もしもかかってしまった場合には、以下のことを守って、回復に努めてください。

普通のカゼじゃ、なさそう。

急な高熱

悪寒

全身の痛み

もしかして？

<p><b>早く受診する</b></p> <p>抗ウイルス薬があります。48時間以内に診断を。</p>	<p><b>しっかり休む</b></p> <p>欠席にはならないからゆっくり はい...</p> <p>インフルエンザと診断されたら出席停止。安心して休養を。</p>	<p><b>しっかり飲む</b></p> <p>お茶、水、イオン飲料、スープ、何でもいので飲めるものを。</p>	<p><b>マスクをする</b></p> <p>24時間 着用のススメ</p> <p>他の人に広げないように。自分の回復も早まります。</p>
---	---	--	---

## インフルエンザの出席停止期間について

インフルエンザに感染した場合、学校保健安全法第19条により、出席停止の扱いになります。

出席停止の基準は「**発症後5日を経過し、かつ解熱した後2日を経過するまで**」となっております。

保健室に登校許可証がありますので、登校した時に用紙を取りに来て、受診した病院の先生に記入してもらったあとに学校に提出してください。

## インフルエンザにかかったら「出席停止」になります



欠席扱いにはなりません。ゆっくり静養を！

### 例えば、発症後2日目に解熱した場合



### 例えば、発症後4日目に解熱した場合

