

保健だより

(保護者の皆様も一緒にお読みください)

令和5年9月12日 NO.6
海田中学校保健室発行 「絆」

新学期がスタートして3週間目になりましたが、まだまだ気温が高く、日中は30℃を越えています。欠席者も多く、その症状は発熱、頭痛、腹痛、咽頭痛と様々です。これから季節は秋から冬になりますが、新型コロナウイルス感染症やインフルエンザの流行も心配しているところです。

楽観視できない状況なので、次のことに気を付けた生活を心がけてください。保護者の皆さま御協力お願いいたします。

- ① 喉の痛みがある人、咳の出る人はマスクを着用してください。(咳エチケット)
新型コロナウイルス感染症は、2類から5類になり、マスクの着用は任意となっていますが、マスクは乾燥を防ぐことから喉の保湿にもなります。
- ② 頭痛、腹痛、その他だるいなど症状がある場合は、無理をせずに自宅で静かに過ごしてください。悪化した場合は、医師受診をしてください。
- ③ 発熱した場合は、早目に医師受診をしてください。
- ④ 夜更かしをせず、睡眠は十分とるなどして、生活リズムを整えてください。



新型コロナウイルス感染症の出席停止期間

	発症日 0日目	発 症 後							
		1日目	2日目	3日目	4日目	5日目	6日目	7日目	8日~10日
		マスク着用推奨期間							
発症後1日目に解熱した場合	発熱	解熱	解熱後1日目					登校可能	
発症後2日目に解熱した場合	発熱	発熱	解熱	解熱後1日目				登校可能	
発症後3日目に解熱した場合	発熱	発熱	発熱	解熱	解熱後1日目			登校可能	
発症後4日目に解熱した場合	発熱	発熱	発熱	発熱	解熱	解熱後1日目		登校可能	
発症後5日目に解熱した場合	発熱	発熱	発熱	発熱	発熱	解熱	解熱後1日目	登校可能	

↔ : 出席停止期間

※ 発症した後(発熱の翌日を1日目として)5日経過し、かつ解熱等し症状が軽快した後1日を経過するまでを出席停止とします。

※ 濃厚接触者については出席停止の期間は設けられていません。健康状態を十分に観察していただき、症状がなければ登校させてもらって構いません。