

NOBIKY 11

のびのびいきき 定時制 保健だより 令和6(2024)年度

月号



文化祭お疲れさまでした!! 1年生は初めての文化祭、どうだったでしょうか? 先輩たちの出店を参考に、次年度もみなさんらしい出店を楽しみにしています。3年生はいよいよ修学旅行です。体調を万全にし、思い出に残る修学旅行にしてくださいね。気温もだんだん下がってきて感染症の季節になってきました。手洗い、うがい、マスク、咳エチケットは勿論のこと、脱ぎ着のしやすい服装や、ひざ掛けなどで、体が冷えないよう工夫しましょうね。

インフルエンザの季節がやってきた!

かぜやインフルエンザは、1年中かかる可能性がありますが、空気が乾燥する冬は、ウイルスが活動しやすくなるので要注意です。特にインフルエンザは症状も重く、流行りやすいので特徴をよく知っておいてください。



【インフルエンザの特徴】

高い熱が出る
(38~40度)

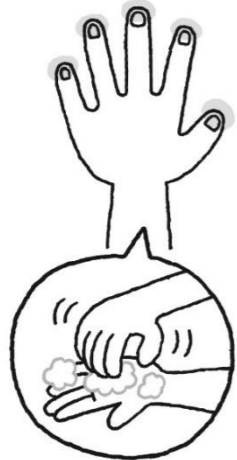
全身症状が出やすい
(関節の痛み、だるさ、強い寒気など)

急に悪化しやすい(かかってからの症状が悪化するスピードが速い)

感染力が強い(他の人にうつさないため、出席停止期間が定められている)

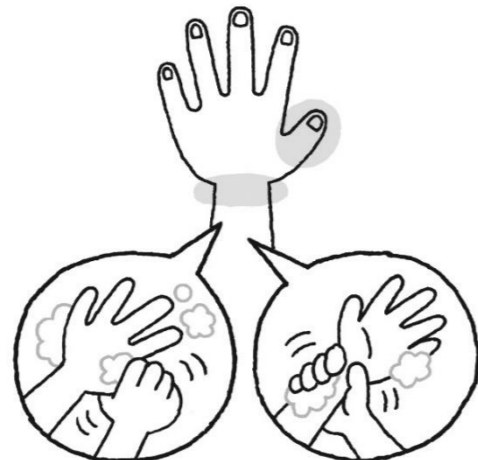
洗い残し多発! 手洗い要注意ポイント

指先と爪の間



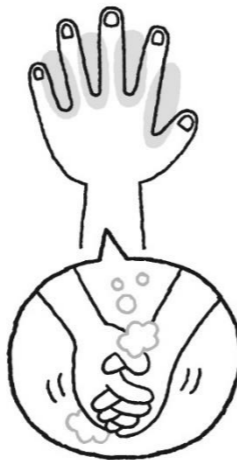
手のひらでこする

親指・手首



反対の手でねじる

指と指の間



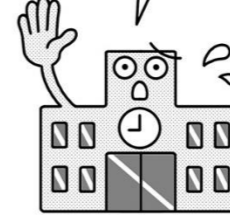
こすり合わせる



守ってね、出席停止期間

学校で予防すべき感染症には決められた出席停止期間があります。十分な療養と集団感染を防ぐためにも、しっかりと守ってください。

STOP!



右のQRコードの意見書を印刷し、医師に記入してもらい学校に提出しましょう。



NOBIKYの感想お待ちしております!

NOBIKYは、二工芸・工芸定時制のみなさんの知りたい情報や、学校での保健安全の取組み、思春期・青年期に役立つ情報を掲載したいと考えています。感想フォーム

からNOBIKYの感想

を教えてください。

疑問・質問等は、保健室まで。



インフルエンザ出席停止期間早見表

	発症日	発症後1日目	発症後2日目	発症後3日目	発症後4日目	発症後5日目	発症後6日目	発症後7日目	発症後8日目
発症後1日目に解熱した場合	発熱	解熱	解熱後1日目	解熱後2日目	× 登校	× 登校	登校可		
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	解熱後2日目	× 登校	登校可		
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	解熱後2日目	登校可		
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	解熱後2日目	登校可	
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	解熱後2日目	登校可