

# 12月のほけんだより

館林市立第四小学校 保健室

いよいよ冬本番。朝晩の冷え込みがきびしくなり、町ではクリスマスソングが流れ、ワクワクする季節になりました。12月は楽しい行事がたくさんある一方で、風邪やインフルエンザが流行しやすい季節でもあります。手洗い・うがいをしっかりとって体調を整え、元気に過ごしましょう。

## インフルエンザや 新型コロナウイルス 感染症にかかったら 出席停止です！

急に高い熱（38℃以上）が出たり、寒気がしたり、全身が痛くなったり、のどが痛くなったりしたら、インフルエンザや新型コロナウイルス感染症にかかったのかも!? 早めに病院に行きましょう。インフルエンザや新型コロナと診断されたときは出席停止になります（それぞれの出席停止期間は下の図を見てください）。どちらの場合もすっかりよくなるまで、部屋の湿度に気をつけて、あたたかくして、ゆっくり休みましょう。

### インフルエンザの場合

例：

3日に解熱した場合、  
4日に解熱した場合

	発症日	1日目	2日目	3日目	4日目	5日目	6日目	7日目
3日に解熱した場合		発熱		解熱	解熱後1日目	解熱後2日目	登校 OK	
4日に解熱した場合		発熱		解熱	解熱後1日目	解熱後2日目	登校 OK	

### 新型コロナの場合

例：

4日に症状が軽快した場合、  
5日に症状が軽快した場合

	発症日	1日目	2日目	3日目	4日目	5日目	6日目	7日目
4日に症状が軽快した場合		有症状		軽快	軽快後1日目	軽快後2日目	登校 OK	
5日に症状が軽快した場合		有症状		軽快	軽快後1日目	軽快後2日目	登校 OK	

## 乾燥肌を 防ごう！

保健室に来る子どもたちを見ていると、手がカサカサとしている児童がちらほら。空気がかんそうする冬は、皮ふの水分が失われやすい時期です。もし顔や手足などがカサカサしたり、かゆくなったりしたら、保湿ローションやクリームをぬって、体のうるおいを保ちましょう。お風呂から上がったらずくにぬるのがおすすめです。





## 保護者の方へ

### ～感染症による出席停止時の提出書類について～

市内では現在、インフルエンザや新型コロナウイルス感染症など、出席停止となる感染症が流行しています。館林市では、感染症に罹患した際、学校へ提出していただく書類には **3 種類**の様式があります。それぞれの違いと提出方法についてご案内いたします。

#### ① インフルエンザによる出席停止の通知書及（インフルエンザにおける療養報告書）

- 対象疾患：インフルエンザ
- 記入者：保護者
- 提出方法：登校時に学校へ提出
- 医療機関の記載：不要（再受診の必要なし）



#### ② 新型コロナウイルス感染症による出席停止の通知書(新型コロナウイルス感染症における療養報告書)

- 対象疾患：新型コロナウイルス感染症
- 記入者：保護者
- 提出方法：登校時に学校へ提出
- 医療機関の記載：不要（再受診の必要なし）



#### ③ 学校感染症にかかる出席停止について（学校感染症通知書）

- 対象疾患：インフルエンザと新型コロナウイルス感染症以外の学校感染症（流行性耳下腺炎、水痘、風しん、麻疹など）
- 記入者：医療機関（医師による記載が必要）
- 提出方法：医療機関で記載後、登校時に学校へ提出
- 注意点：この様式には「インフルエンザ」の項目も含まれていますが、インフルエンザに関しては①の専用様式をご使用ください。

保護者の皆様には、感染症の種類に応じた正しい様式をご使用いただきますようお願いいたします。ご不明な点がございましたら、学校までお気軽にお問い合わせください。また、各種様式は学校の HP からダウンロードできますのでご活用ください。

