

ほんだより

愛川中原中学校
保健室
2023.11.1
NO.11



10月は2020~2022年流行がなかった「インフルエンザ」が愛川町の小学校や厚木市で流行しました。予防対策も引き続き実施していく必要があります。手洗いやうがい、人ごみでのマスク着用などでウイルスを体内に入れないようにすることが重要です。残り一か月となった二期も元気に過ごしてください。

季節の変わり目

最近寒くなったと思ったら、また暑くなったり・・・からだがついていけないんだよね。

季節の変わり目は、気温の変化が激しく、体温調節が難しいです。

また、自律神経のバランスが取りづらくなって、風邪をひきやすくなりますよ。

なので、よく食べて、よく寝るのは基本ですが、気温に合わせて脱着ができるよう、ジャージがあるといいでしょう。

細かく対応できるように全部重ね着したよ♪

えっ！真冬なの・・・？！



実際はこの子のようにたくさん重ね着はせず、「半袖+長袖+(ウィンドブレーカー)」といったように調節しやすい服装をしてくださいね♪

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 いつから登校していいの？ 小・中・高校版

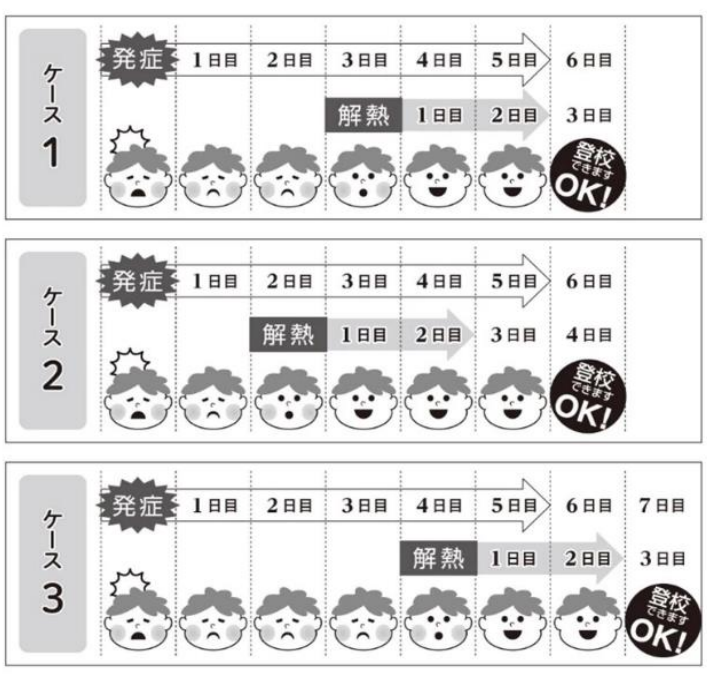
登校していいのは、この2つがそろった時

解熱後 **2**日経過している

+

発症後 **5**日経過している

※発熱がみられた日を発症とします
※ただし、医師に「感染のおそれがない」と認められた時は登校してもOK



新型コロナウイルス感染症 インフルエンザ後の登校について

本校でも10月からぼつぼつ罹患者が出ていますので、療養期間について、再度確認をお願いいたします。

基本的には、医師の指示に従い自宅療養をお願いします。

町のHPから「登校届」をダウンロードして、保護者の方が記入して、登校する日にお子さんに持たせてください。

★必ず提出していただいているものです。

よくわからない場合は担任か養護教諭までお声がけください。