

あいあい

稚内市立潮見が丘小学校
令和7年12月16日
保健便り NO 12

インフルエンザ予防を!

今年は例年よりも早くインフルエンザが流行しています。今季の潮小は、全校237人中27人がインフルエンザに感染している状況です(12/15現在)



インフルエンザなどの感染症を予防する方法は、「手洗い」「うがい」「換気」「睡眠」「食事」に気をつけることです。特に「手洗い」は、水だけで簡単に洗う人が多いです。

- 石けんをつかって洗う。
 - 手の甲、指先、親指、手首など洗い残しが多いところを注意して洗う。
- を心がけてください。



出席停止期間は

インフルエンザは、**熱が出た日を0日とし、翌日から1日目**と数えます。

「発症後5日を経過し、かつ解熱後2日を経過するまで」が出席停止期間となります。病院を受診した際に、お医者さんから話されるかと思いますが、発症した日の翌日からカウントするようにしてください。また、解熱後2日を経過とは、解熱した日は含まず、次の日から1日目、2日目と数えてください。



※コロナは「発症後5日を経過し、かつ症状が軽快してから1日を経過するまで」です

お願い

インフルエンザなどが流行しています。

咳、鼻水、のどが痛いなどのかぜ症状がある場合は、マスクを着用して登校させてください。家族がインフルなどの感染症になっている場合も感染予防のためにマスク着用で登校させてほしいです。

また、ランドセルには予備のマスクを必ず入れるようにしてください。ご協力お願いいたします。