



平成 26 年 12 月
那覇市立古蔵小学校
保健室



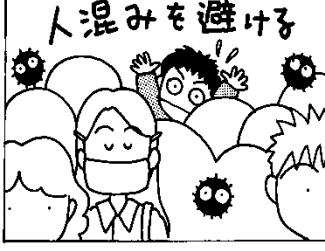
12月の保健目標
★寒さに負けない体を作ろう
★エイズについて知ろう



ことし のこ
今年も残りわずかになりました。12月に入りだんだん寒くなっています

ね。
そと
外は寒くて、つい家にこもりがちになってしまいますが、外へ出て体を動
かし、風邪やインフルエンザに負けない体を作りましょう！

ミースン到来!? ガゼ! インフルエンザ! 予防を心がけ、流行を阻止しよう。



インフルエンザ出席停止期間早見表

	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日目
例 1	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	発症後 4 日目	発症後 5 日目	登校可能○		
例 2	発症後 2 日 目に解熱した場合	発熱 解熱	発熱 解熱	解熱後 1 日目	解熱後 2 日目	発症後 5 日目	登校可能○		
例 3	発症後 3 日 目に解熱した場合	発熱 解熱	発熱 解熱	解熱 1 日目	解熱後 2 日目	登校可能○			
例 4	発症後 4 日 目に解熱した場合	発熱 解熱	発熱 解熱	発熱 解熱	解熱後 1 日目	解熱後 2 日目	登校可能○		
例 5	発症後 5 日 目に解熱した場合	発熱 解熱	発熱 解熱	発熱 解熱	発熱 解熱	解熱後 1 日目	解熱後 2 日目	登校可能○	

ノロウイルスによる感染性胃腸炎にご注意を！！

ノロウイルスは、主に冬場に流行し、症状は嘔吐・下痢などが中心で、感染性胃腸炎の原因ウイルスの1つです。感染力が強く、少量のウイルス量で感染します。食品を介して感染する場合と、感染者の下痢便や嘔吐物に含まれるウイルスによって「ヒトからヒト」へ感染する場合があります。通常、1~2日で治癒します。ノロウイルス等の感染性胃腸炎は、出席停止の措置をとりますので、医師に診断された場合は必ず学校にお知らせください。

主な予防方法

☆調理を行う前、食事の前、トイレに行った後、帰宅後、下痢便や嘔吐物などの汚物を処理した後には、必ず石けんで手を洗いましょう。

☆ハンカチやタオルは共用しないようにしましょう。