

ほけんだより 明

令和元年12月20日
豊橋中央高等学校
保健室

今年も残すところあとわずか。振り返るとどんな一年でしたか？今年の目標は達成できましたか？できたことも、後一步足りなかったことも、頑張った日々はかけがいのない日々。みなさんをきっと成長させてくれます。

寒さも厳しくなりインフルエンザが流行する季節です。インフルエンザ予防として、マスクなども重要ですが、手についたウイルスを直接洗い流すことは、感染症対策として有効です。せっかくの冬休みが「寝込んで台なし」にならないよう、感染症には十分注意を。

カゼをブロック

マスク → **飛沫感染** から

カゼやインフルエンザに感染している人がせきやくしゃみをするとうイルスが飛び散り、みんなの口や鼻から入ってしまうかもしれません。

手洗い

接触感染 から

みんなが触るところにはウイルスがいっぱい。汚れたままの手で鼻や口を触ると、手についているウイルスが体の中に入ってしまうかもしれません。

インフルエンザにかかった際は、学校に連絡を忘れずに

インフルエンザで休んでしまった場合は、欠席ではなく【出席停止】扱いとなります。学校に登校してはいけない状態で、忌引と同じ扱いとなります。学校指定の出席停止の用紙を提出してください。（診断書をとる必要はありません。病院から出席停止の用紙をもらえる場合は、そのまま学校に提出してください。）出席停止の用紙とは、学校伝染症に罹患した場合、提出していただく医療機関を受診した証明書のことです。本校HP“保健室”のコーナーから出席停止の用紙がダウンロードできるようになっています。必要な際は、ぜひご活用ください。

※その環境に無い場合は、今までと同様に保健室まで出席停止用紙を取りに来てください。

※テストの場合は診断書が必要となります。

インフルエンザ

なぜ出席停止なの？

出席停止期間



発症した後5日を経過し、
かつ 解熱した後2日を経過するまで

※医師が感染のおそれがないと判断した場合は、これより早い時期でも登校可能

0日目	1日目	2日目	3日目	4日目	5日目	6日目	7日目
発症	発熱	解熱				登校OK!	
発症	発熱	解熱				登校OK!	
発症	発熱	解熱				登校OK!	



「解熱した後、②日を経過するまで」のわけ

インフルエンザウイルスに感染すると、1～3日の潜伏期間の後、急に発症（発熱）します。感染した人からウイルスが出るのは、発症前の1日と、発熱の期間（3～5日くらい）、そして解熱後2日間くらいです。

「発症した後、⑤日を経過」のわけ

インフルエンザの治療薬を服用すると、ウイルスが残ったままでも2日くらいで熱が下がることがあります。この場合、解熱後2日を過ぎてても感染力が続くため、「発症した後、5日を経過」するまでは出席停止です。