

のびのび

長久手小学校
保健室
令和5年7月



改めて、感染予防対策を！

6月の中旬から、体調不良の欠席や保健室来室者が増えています。メディアでもコロナやインフルエンザの感染も増えていると伝えてありますね。改めて、手洗い・うがい、換気、規則正しい生活などの感染予防対策を意識して過ごすようにしましょう。

7月の保健目標

ねっちゃんしょうき
熱中症に気をつけよう！

直射日光をさける



熱中症に注意！

こまめに水分・塩分を補給する



激しい運動は暑さに慣れてから



無理をしないで休む



早起きのススメ！

もうすぐ夏休み！夏休み中もいつでもお早起きの生活を続けてくださいね！

早起きして、太陽の光をたっぷり浴びよう！

- 体内時計がリセットされる。
- 体がスッキリと目覚める。
- 体温やホルモンなどのリズムが整う。
- 一日中元気に過ごせる！



保健室から

★おうちの方へ★

まだまだコロナもインフルエンザも心配されます。出席停止期間について確認します。

コロナウイルス感染症、インフルエンザの出席停止期間

<インフルエンザ>
 発症後5日を経過し、かつ解熱後2日（幼児にあっては3日）

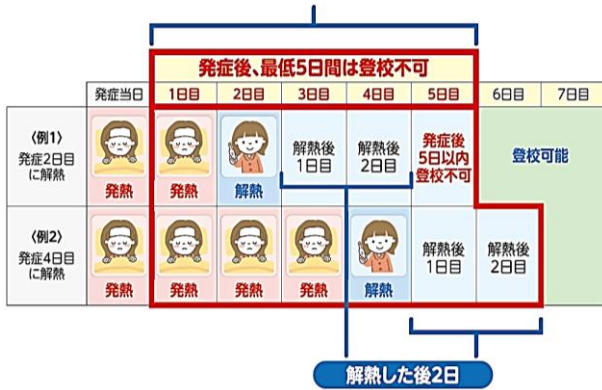
<新型コロナウイルス感染症（5類移行後）>
 発症後5日を経過し、かつ症状が軽快した後1日を経過するまで

※ 症状の軽快とは…

- ① 熱が下がって、解熱剤を使用せず24時間を経過していること
- ② 咳などの症状が軽快していること

※ 出席停止期間が明けても、発症の翌日から10日間はマスクの着用が推奨されています。

〔インフルエンザ〕



〔新型コロナウイルス感染症〕

	発症の翌日から5日を経過するまでは症状が改善しても登学できません					症状軽快後1日以上を経過			
	発症当日	1日目	2日目	3日目	4日目	5日目	6日目	7日目	8日目
発症後3日目に症状軽快	😞	😞	😞	😞	😊	😊	😊	登学OK	→
発症後4日目に症状軽快	😞	😞	😞	😞	😊	😊	登学OK	→	→
発症後5日目に症状軽快	😞	😞	😞	😞	😞	😊	登学OK	→	→
発症後6日目に症状軽快	😞	😞	😞	😞	😞	😊	😊	登学OK	→
無症状	検体採取日	😊	😊	😊	😊	😊	登学OK	→	→

まちがいさがし⑦

7つのまちがいをさがそう！



左前髪の女の子の口の左端の草の奥の男の子の髪型/中央上の女の子のボタンの右側の男の子の袖/右前髪の女の子の顔部分の砂場の山の頂部分の目