

ほけんだより

3年ぶりの

山商保健室

NO4

R5.10.16

10月18日(水)は校内駅伝大会!!

8:40 競技場内各クラスの荷物置き場にて、SHR/健康観察を行います。

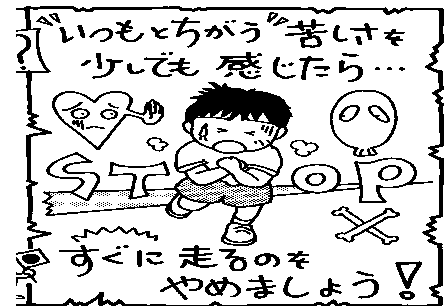
家を出る前にさくら連絡網の健康チェックに必ず入力すること!

前日に準備する物

- ・指定の運動着(待機時間で体を冷やさないように長袖長ズボンも必ず持ってくること。)
- ・着替え
- ・タオル
- ・飲み物(水分、塩分補給できるもの)
※軽食を持ってくる場合は、保冷バックに入れるなど食中毒に注意してください。
- ・虫に刺されやすい人は、対策グッズも。(芝生が近いので長袖長ズボンがおすすめです)
- ・持病のある人は、服薬など万が一に備えること。喘息、花粉症など要留意。
※不安なことがある人は、担任、保健室まで事前に申告すること、我慢しないこと。
- ・雨予報の場合は、雨具を。

当日は..

- ・前日からよく睡眠をとること。
- ・朝食は、消化の良いものに。
- ・あたたかい服装で。
- ・よく準備運動をして、スタート前にはストレッチを!



保健室の先生は、本部脇にいます 📣

安全で楽しい駅伝大会に!



山形市内の学校でインフルエンザによる学級閉鎖が出ています。

本校でも、週明けからインフルエンザの罹患者が急増しています。

インフルエンザやコロナでない、発熱や風邪症状による体調不良者も増えています。

うがい手洗い、咳エチケットの基本的なところから感染予防、感染対策をお願いします。

毎日のさくら連絡網健康チェックも忘れずに！欠席の場合は、保護者より欠席入力をお願いします。

出席停止期間について

*出席停止の日数の算定方法は、発症及び解熱した当日は含めず、その翌日を1日目として数えます。

インフルエンザの場合

「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」

	発症日 0日目	発症後 1日目 (起算日)	発症後 2日目	発症後 3日目	発症後 4日目	発症後 5日目	発症後 6日目	発症後 7日目	
例 1	発症 当日に解熱	出席停止						登校 可能	
例 2	発症 発熱	発熱	発熱	解熱	解熱後 1日目	解熱後 2日目	登校 可能		
例 3	発症 発熱	発熱	発熱	発熱	解熱	解熱後 1日目	解熱後 2日目	登校 可能	

新型コロナウイルス感染症の場合

「発症した後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」

	発症日 0日目	発症後 1日目 起算日	発症後 2日目	発症後 3日目	発症後 4日目	発症後 5日目	発症後 6日目	発症後 7日目	発症後 8日目
例 1	発症	出席停止				症状が 軽快	軽快後 1日目	登校 可能	
例 2	発症	出席停止				症状が 継続	症状が 軽快	軽快後 1日目	登校 可能

*これまでの「濃厚接触者」は今後、特定しないため、濃厚接触による出席停止にはなりません。