

## インフルエンザによる出席停止の用紙がかわります。

インフルエンザが流行する時期となりました。

医療機関を受診して、「インフルエンザ」と診断された場合、登校する際には、医師の許可を得て、インフルエンザ罹患報告書（保護者記入・捺印・診察を受けた際の領収書・処方された薬の名前が分かるもの）を学校へ提出してください。

今まで、インフルエンザにかかった場合は、「学校感染症証明書」を医師により記載していただいていたのですが、今年から、保護者の方に書いていただくこととなりました。

なお、インフルエンザの出席停止期間は、発症した後5日を経過し、かつ解熱した後2日を経過するまでとなっています。

インフルエンザ以外の学校感染症については、今までどおり学校感染症証明書の提出をお願いします。

\*病院へ行き、インフルエンザと診断された場合は、診察を受けた際の領収書・処方された薬の名前が分かるものを保管しておいてください。（それらのコピーが必要になります。）

## 病気を防ぐ手の洗い方

いよいよ冬本番。この季節には、かぜ・インフルエンザ・ノロウイルスなどが増えてきます。これらの病気を防ぐためには、まず手洗いです。正しい洗い方を覚え、毎日続けて、冬を元気に過ごしましょう。



石けんやハンドソープを使いましょう!

- 両手のひらをあわせてよくこする
- 手のこを反対の手でぬばようにこする
- 指の間を両手を組み合わせるようにあらう
- 親指はもう一方の手でねじるようにあらう
- 指先とつめの間をていねいにこする
- 手首ももう一方の手でねじるようにあらう

## マラソンについて

12月5日(木) マラソン・修学旅行事前検診がありました。練習は始まっていますが、何か気がかりなことや不安なことなどありましたら、かかりつけの病院でみてもらいましょう。特に喘息の発作が出たりする場合は、発作時の薬などを用意しておきましょう。

## 教室の空気の検査について

11月20日(水)に教室の空気の検査をしました。二酸化炭素濃度が基準値よりも上回っていました。二酸化炭素濃度が高くなることによって、集中力の低下や教室の換気不足でインフルエンザが流行しやすくなります。インフルエンザが流行しないように休憩時間は窓を開けて、空気の入れかえをしましょう。

## .....健康観アンケートの集計結果について.....

