



令和5年2月1日

仁田佐古小 保健室

No. 11

まだまだ寒い日が続きますが、暦の上ではもう春です。立春を過ぎると、少しずつ暖かくなってきます。暖かくなるのと同時に花粉症の季節でもあります。今年は特に、インフルエンザ・風邪・新型コロナと、同じような症状の病気がはやり、初めの症状だけでは花粉症と区別が付きにくいことがあります。花粉症の人は早めの対策や処置で、体調管理を十分に行ってください。



●インフルエンザの出席停止期間について ●

かんせんかくだいちゅう
感染拡大中

「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」

出席停止の期間（例）

1(水)	2(木)	3(金)	4(土)	5(日)	6(月)	7(火)	8(水)	9(木)
☹️	☹️	☹️	☹️	☹️	😊	😊	😊	
発症					解熱	解熱後 1日	解熱後 2日	登校可
☹️	☹️	☹️	😊	😊	😊			
発症			解熱	解熱後 1日	解熱後 2日	登校可		

しんがた
新型コロナウ
イルス感染症
に罹患した時
と同様、学校
へ連絡をお願い
します。



抗インフルエンザ薬の効果で熱が下がっても、発症後5日間くらいは、感染力の強いインフルエンザウイルスが体外に排出されています。出席停止期間に従い、感染力が弱くなるまで（＝体内のインフルエンザウイルスの量が少なくなるまで）登校を控えることで、インフルエンザのまん延を防ぐことにつながります。

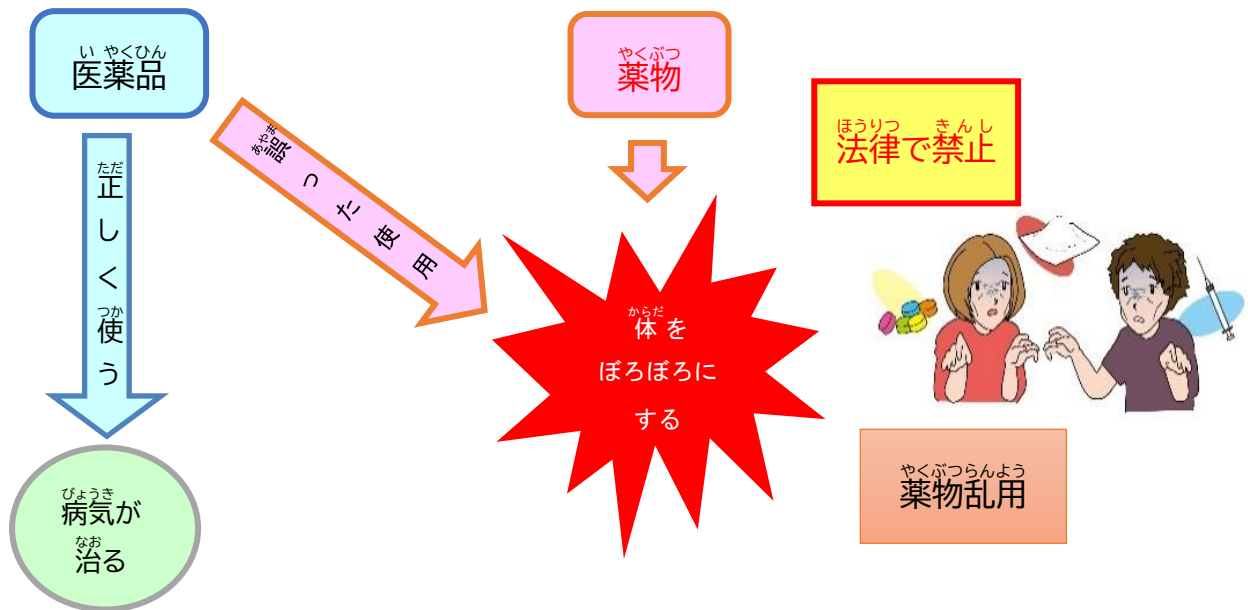
朝の検温や健康観察の徹底をお願いします。

朝食が食べられないほどの体調不良の場合は、無理せずおうちでゆっくり休んでください。

※裏面もあります

やくぶつらんようぼううしきょうしつ かいさい 薬物乱用防止教室が開催されました！

1月13日（金）、学校薬剤師の中村美喜子先生をお招きし、6年生を対象に薬物乱用防止教室を開催しました。違法薬物の恐ろしさや意外にも身近である危険性など、多くの学びを得ることができました。



★たった1回の薬物使用でも「薬物乱用」絶対にやってはいけません！

薬物乱用により破壊された脳は、決して元に戻りません。

<乱用される薬物> すべて違法です！

- ・ヘロイン・モルヒネ・大麻（マリファナ）・コカイン・覚せい剤
- ・LSD・MDMA・トルエン・シンナー・向精神薬・危険ドラッグ 等



薬物に関する問題は、決して他人事ではありません。タバコや薬物について、一人一人が自分のこととして考えることが大切です。たった一度の人生を台無しにしないように、これからも自分を大切にしたいと思います。