

ほけんだより



R5.11.1

高崎商業高等学校
保健室

高崎でインフルエンザが流行しています！！

インフルエンザの感染予防対策

- ☆食事の前や帰宅後には、必ず「手洗い」をしましょう。
- ☆バランスよく栄養を摂取し、十分な睡眠をとりましょう。
- ☆「マスク」を着用しましょう。
- ☆3密を避けましょう。(密閉空間、密集場所、密接場面)
- ☆室内の換気に気をつけ適切な湿度を保ちましょう。
- ☆予防にはインフルエンザワクチンの接種が有効です。



高熱

寒気

筋肉痛など

インフルエンザ出席停止期間早見表

		発症日	発症後							
		0日目	1日目	2日目	3日目	4日目	5日目	6日目	7日目	8日目
例1	発症後1日目に解熱した場合 (最低基準)	発熱	解熱	解熱後1日目	解熱後2日目	発症後4日目	発症後5日目			
		出席停止	出席停止	出席停止	出席停止	出席停止	出席停止	登校可能		
例2	発症後2日目に解熱した場合	発熱	発熱	解熱	解熱後1日目	解熱後2日目	発症後5日目			
		出席停止	出席停止	出席停止	出席停止	出席停止	出席停止	登校可能		
例3	発症後3日目に解熱した場合	発熱	発熱	発熱	解熱	解熱後1日目	解熱後2日目			
		出席停止	出席停止	出席停止	出席停止	出席停止	出席停止	登校可能		
例4	発症後4日目に解熱した場合	発熱	発熱	発熱	発熱	解熱	解熱後1日目	解熱後2日目		
		出席停止	出席停止	出席停止	出席停止	出席停止	出席停止	出席停止	登校可能	
例5	発症後5日目に解熱した場合	発熱	発熱	発熱	発熱	発熱	解熱	解熱後1日目	解熱後2日目	
		出席停止	出席停止	出席停止	出席停止	出席停止	出席停止	出席停止	出席停止	登校可能

その後は解熱した日によって出席停止日が順次延長されていきます。

☆保護者の方へ☆

今年度もインフルエンザに感染した際には、
昨年同様、保護者が記入する
「インフルエンザにおける療養報告書」
(裏面参照・HPからもダウンロードできます)
を提出してください。



11月の カウンセリング

今月のカウンセリンは
11月16日(木)です。
希望される方は担任の先生・水谷先生・養護教諭に
申し出てください。

校 長	教頭(定)	事務長	担任

インフルエンザにおける療養報告書

群馬県立高崎商業高等学校長 様

【定時制課程】

年 番 氏名

1 診断を受けた医療機関： _____

2 診断日： 令和 _____ 年 _____ 月 _____ 日（診断型：A型 _____ B型 _____ 不明）

※いずれかに○をつけてください。

3 登校再開日： 令和 _____ 年 _____ 月 _____ 日

（登校再開には下記の出席停止期間の基準1と2の両方を満たす必要があります。）

※下記に「発症日」と「解熱した日」を記入してください。

出席停止期間の基準	
1	発熱等の症状が出た日（発症日）を0日とし、翌日から数えて5日を経過している。 ⇒ 発症日： _____ 月 _____ 日
2	解熱した日を0日とし、翌日から数えて2日（幼児にあつては3日）を経過している。 ⇒ 解熱した日： _____ 月 _____ 日

上記のとおり相違ありません。

令和 _____ 年 _____ 月 _____ 日

保護者氏名 _____ 印

