



おおてしょうがっこう  
大手小学校 保健室  
【12月の保健目標】  
冬の病気を予防しよう

## せき 咳エチケットをしよう！

インフルエンザが流行してきました。特に咳やくしゃみなどの飛沫によって感染する呼吸器感染症では、その飛沫が飛ばないようにすることが大切です。インフルエンザや新型コロナウイルス感染症などは集団生活のなかで人から人に感染していくので、症状がある人が咳やくしゃみをする時には、マスクをしたり、ティッシュやハンカチ・袖を使って口や鼻を押さえて飛沫が飛ぶのを防ぐことが大切です。



①ティッシュ・ハンカチ等で口や鼻を覆う

②マスクをつける

③上着の内側や袖で覆う

特に、口と鼻を覆うときに手で覆ってしまうと、手にウイルスがつき、その手で触ったドアノブなどを周囲の人が手で触ると、その人の手にウイルスがついて、感染が広まってしまう可能性があります。咳エチケットを正しく行って、元気に過ごせるように生活ていきましょう。

## 保護者の方へ

インフルエンザや新型コロナウイルス感染症は「出席停止」となります。出席停止について下の図を参考に、出席停止期間の確認をお願い致します。インフルエンザにかかった場合は、「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」が基準となります。新型コロナウイルス感染症にかかった場合は、「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」が基準になります。

### インフルエンザの場合

例：

3日目に発熱した場合、  
4日目に解熱した場合

	はしうび 発症日	いちにちめ 1日目	ふつかめ 2日目	みつかめ 3日目	よつかめ 4日目	いつかめ 5日目	むいかめ 6日目	なのかめ 7日目
みつかめ 3日目に 解熱した場合		はつねつ 発熱		げねつ 解熱		げねつ 解熱後 いちにちめ 1日目	とうこう 登校 OK	
よつかめ 4日目に 解熱した場合			はつねつ 発熱		げねつ 解熱	げねつ 解熱後 いちにちめ 1日目	とうこう 登校 OK	

### 新型コロナの場合

例：

4日目に症状が軽快した場合、  
5日目に症状が軽快した場合

	はしうび 発症日	いちにちめ 1日目	ふつかめ 2日目	みつかめ 3日目	よつかめ 4日目	いつかめ 5日目	むいかめ 6日目	なのかめ 7日目
よつかめ 4日目に症状が 軽快した場合		ゆうしうじよう 有症状		じょうじよう 症状	けいかい 軽快	けいかい 軽快後 いちにちめ 1日目	とうこう 登校 OK	
いつかめ 5日目に症状が 軽快した場合			ゆうしうじよう 有症状		じょうじよう 症状	けいかい 軽快	けいかい 軽快後 いちにちめ 1日目	とうこう 登校 OK