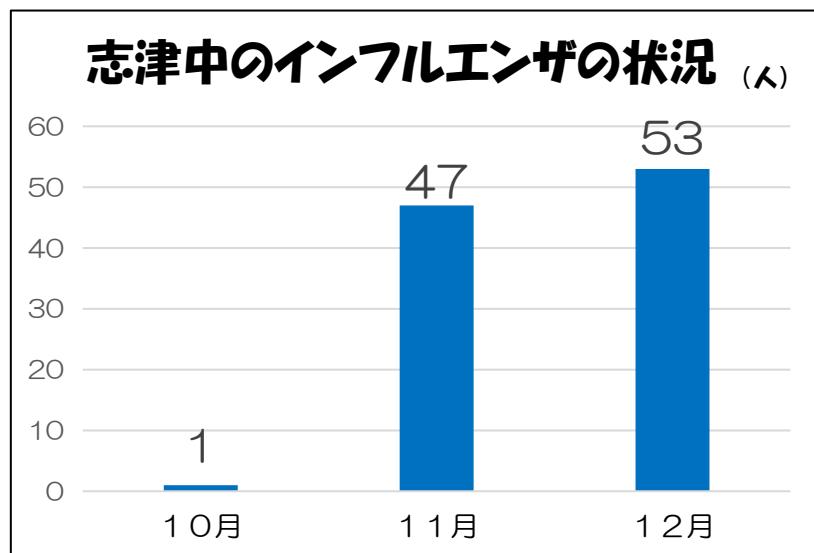




令和8年1月8日
佐倉市立志津中学校
保健室

あけましておめでとうございます。今年の冬休みは、どうでしたか？また新たな年を歩むエネルギーをしっかりと蓄えられたでしょうか。長期の休みだったので、生活習慣が乱れてしまった人も多いかもしれません。今日から少しづつ整えていきましょう。みなさんが今年も健康に生活できるよう、引き続き保健室から応援しています。



11月の中旬から12月の上旬にかけて、志津中でもインフルエンザにかかった人が多くいました。3つのクラスで学級閉鎖の措置をとり、すでに全校の1割以上の人が罹患した状態です。

現在はA型が流行していますが、今後、もしかしたらB型が流行る可能性もあります。

引き続き感染予防に努め、みんなが健康に生活できるよう全員で気を付けていきましょう。

インフルエンザの出席停止期間について、改めて確認しましょう

保護者のみなさまへ

左記の「出席停止期間の考え方」をご確認の上、出席停止期間中はご家庭で療養してください。

また、インフルエンザに罹患した場合、療養期間が終わって登校を再開する際に、保護者の方に記入していただいた「療養報告書」の提出をお願いしています。こちらは、学校のHPからダウンロードすることができます。ダウンロードや印刷が難しい場合には、学級担任にご相談ください。

出席停止期間の考え方（例）（解熱後の日数は、小学生以上は2日、幼児は3日を経過するまで。）

水 1	木 2	金 3	土 4	日 5	月 6	火 7	水 8	木 9
● 発症	①	②	③	④	⑤	○ 登校可能		
			解熱	①	②	○ 登校可能		

*発症した日、解熱した日の翌日を1日目と数えます。

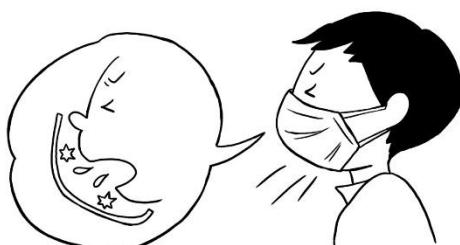
【水曜日に発症した場合】
・水曜日を0日目と数えます。
・土曜日までに解熱すれば、月曜日まで出席停止で、火曜日より登校できます。
・月曜日に解熱した場合は、木曜日から登校できます。

*一旦解熱した後も再度発熱があるので、登校するまで毎日検温してください。

*発熱が続く、咳が長引くなど上記に当てはまらない経過の場合は、再度医療機関を受診してください。

せきエチケットを心がけよう

マスクをつける



せきが出るときは、マスクをす
るようにしましょう。

マスクをしていないときも



ハンカチや服の袖で口を押さえ、周りの
人から顔をそむけてするようにしましょう。

ポケットに手を入れて歩くと危ないよ

寒いからといって、ポケットに手を入れたまま歩いている人はいませんか？ つまずいたとき、とっさに手が出ないのでとても危ないです。手袋をして、手はポケットから出して歩きましょう。

