



令和6年11月1日(金)

金子小学校 保健室
No. 10

だんだんと寒くなってきました。季節の変わり目は、体調をくずしやすいです。白々、風邪・インフルエンザ予防(うがい・手洗い、衣服の調節、換気など)をしっかりとしましょう!!

インフルエンザについて



インフルエンザって?

かぜとよく似ていますが、ウイルスが違います。

(かぜ=インフルエンザではありません!)



かぜとインフルエンザのちがいは?

ひきはじめ

かぜ ⇨ くしゃみ、はなみずなど。
インフルエンザ ⇨ 寒気がする、頭が痛い。 > よく似ています。

しばらくすると

かぜ ⇨ くしゃみ、はなみず、せきなどが多くなる。
インフルエンザ ⇨ からだがだるい、けがもないのに、からだが痛く感じる。

熱はどうか

かぜ ⇨ ないか、いつもよりやや高め。
インフルエンザ ⇨ 38~40℃の熱が3~4日間続く。

まとめると

かぜ ⇨ のどや鼻から、次に熱が出てくる。
インフルエンザ ⇨ からだ全体から疲れを感じ、急に高い熱が出る。



【 11月の保健行事 】



●尿検査2次...1日(金)1日のみです

●第1回すこやか委員会...19日(火)15:10~16:40 第1図書室にて

PTA役員の方の多くのご参加お待ちしております。

インフルエンザ

予防



高熱などが出たら



インフルエンザ 予防接種について

予防接種を受けることで、インフルエンザにかかりにくしたり、かかっても軽い症状ですむ効き目があります。接種を受けるときは、お医者さんに相談しましょう。



11月8日



ご家族も、ご友人も!

虫歯チェック
しましょう♪

いい歯の日

インフルエンザの出席停止期間

原則 発症後、5日を経過し、かつ解熱後2日を経過するまで出席停止です。

① 発熱 ② 解熱 ③ 解熱後 ④ 登校可能

発症日	1日目	2日目	3日目	4日目	5日目	6日目	7日目

※1 発症日翌日を1日目と数えます。
※2 発症から5日を経過しても、解熱してから2日を経過しなければ登校はできません。

新型コロナウイルス感染症の出席停止期間

原則 発症後、5日を経過し、かつ症状が軽快した後1日を経過するまで出席停止です。