

すこやか

令和8年1月16日発行
三郷市立栄中学校 保健室

手洗い・消毒
だけじゃない!

感染予防に役立つ

あんなこと

こんなこと

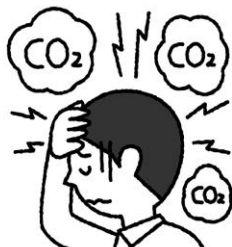


インフルエンザや新型コロナ等に負けず、元気に健康に過ごしましょう。

換気しないと、こんなことに!?



ウイルスに
かんせん
感染しやすくなる



にさんかたんそふ
二酸化炭素が増え、
ずつう
頭痛がする



くうきよご
空気が汚れ、
いやにお
嫌な臭いがする



チリやホコリが
げんいん
アレルギーの原因に

さむくても、一時間に一度は空気の入れ替えをしよう!

* 発育測定結果～平均値～ *



男 子		学年	女 子	
身長	体重		身長	体重
		1年		
		2年		
		3年		

一人一人の結果が大切です。身長と体重のバランスを見ることは、健康的な体形かどうかを判断するひとつにもなります。気になる人は、保健室へ・・・。

◆◆保護者の方へ◆◆

10 月下旬から栄中でも流行が見られた「インフルエンザ」、乾燥と寒さが続く3学期もまだまだ心配な時期になります改めて「出席停止期間」をお知らせします。1 度かかっても安心ではなく、別の型にかかることもあります。家族皆様で予防対策を心掛けてください。

*お子様が診断された場合には、速やかに学校へご連絡ください。(インフルエンザについては、同居家族が診断された場合でもお子様が体調不良でなければ登校できます。)

インフルエンザ!?

登校再開はいつになる?



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。



発熱中



解熱



登校可能

発熱期間	0日目	1日目	2日目	3日目	4日目	5日目	6日目	7日目
2日間								
3日間								
4日間								
5日間								

※ 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。

体調不良!?

特効薬は「休養」です!



登校前の「健康観察」をお願いします。
体調が悪い場合には、無理せず
家での休養をお勧めします。