



札幌市立平岡小学校

保健室

2025. 10. 31

NO.8

インフルエンザが市内で流行してきています！

1年2組でインフルエンザやかぜの欠席が増え、10月15日～17日の3日間、学級閉鎖をしました。その後平岡小は、インフルエンザの流行もなく、学級閉鎖もしていませんが、先週、今週と札幌市内で学級閉鎖や学年閉鎖をする学校が増えてきました。

学校に限らず、札幌市内でのインフルエンザが流行してきています。まだまだ流行の初めですので、手洗い、睡眠、食事、換気、湿度などに気を付けて、ウイルスに負けない体づくりをしましょう。



どんなに気を付けていてもかぜをひくこともあります。

でも、過ごし方次第で、回復が早くなります。

たっぷり
寝る

加湿する

食欲があれば、
少しでも食事を
とる

こまめな
水分補給

からだを
あたためる

インフルエンザの出席停止期間は、
(発熱した日を0日目として)5日を経過し、
かつ解熱した後2日(幼児は3日)を経過す
るまでです。

5日を経過しても、解熱した後2日経って
いない場合は、登校可能の日が延長します。

