



虹色保健室

2025.10.27 札幌市立北光小学校 保健だより

10月に入り、札幌市では例年より早くインフルエンザによる学級閉鎖の措置をとる学校が増えています。本校では10月中旬にお一人インフルエンザによる欠席連絡をいただいていたしましたが、その後の流行はありません(10月24日現在)。他の感染症の流行も現時点ではありませんが、高学年で風邪による欠席が多い時期がありました。季節柄体調を崩しやすいお子さんもいらっしゃいますので、早めの休養と、風邪症状が続くようでしたら病院受診をお願いいたします。

インフルエンザについて

インフルエンザと診断された場合には、出席停止となり、その期間は欠席扱いにはなりません。出席停止の期間は、「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」です(医師の指示が別にある場合にはそちらに従う)。医療機関で診断されましたら学校までお知らせください。登校後、保護者に記入していただく用紙をお渡しします(医師の診断書は必要ありません)。

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。

※3 表中の「発熱期間」の最後の日に解熱したとします。

★新型コロナウイルス感染症の出席停止期間は、「発症した後(発熱等の翌日を1日目として)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」です。

※症状が軽快したとは、解熱剤を使用せずに解熱し、かつ、呼吸器症状が改善傾向にあることを意味します。

※医療機関より指示があると思いますが、感染症流行防止のため、こちらの期間を守るようご協力よろしくお願いします。

「爪」長くありませんか?

お子さんの指先、最近ご覧になりましたか?子ども自身が気づき、自分で切れるお子さんもいると思いますが、低学年では難しいですね。高学年では伸ばしたがるお子さんもいるかもしれません。ですが学校生活では長い爪は危ないですし、衛生的にも問題があります。手の乾燥による肌荒れも気になる季節です。爪の状態、皮膚の状態について御家庭で気を付けていただけると幸いです。

