

# ほけんだより 12月



令和6年（2024年）伊丹市立西中学校 保健室

2024年も残すところ、後11日となりました。今年の終わりも見えてきましたね。

除夜の鐘が鳴り響く中、気持ちを新たにする大晦日。「晦日」はもともと「三十日」と書きます。1年の最後だから「大晦日」なのですね。昔の人たちは、家にやって来る年神様を迎えるために寝ないで待っていたのだとか。形は違っても、大晦日に夜ふかしをするのは今も昔も同じですね。来年は、どのような1年になるのでしょうか、希望を持って大晦日を過ごしたいものです。

## インフルエンザ流行中

伊丹市内でもインフルエンザによる学級閉鎖をした学校も出てきています。

インフルエンザにかかった場合は、医師の指示に従って登校を再開していただきますようご協力をお願いします。出席停止期間報告書を保護者が記入し、学校へ提出をお願いします。（ホームページよりダウンロードできます）

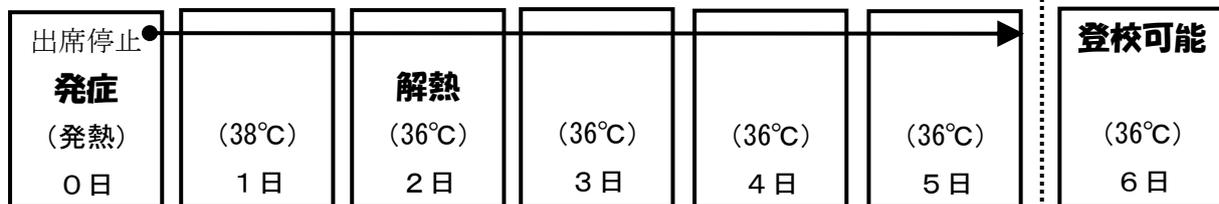
### インフルエンザによる出席停止期間

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  
(学校保健安全法施行規則第19条)



\*発熱から登校再開までの例

発症（発熱）した日は0日として数えてください。



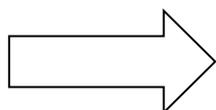
薬を飲みすぐに解熱しても、熱が出た翌日から5日間は休むこととなります。発症後5日間はウイルスを排出しているというデータに基づき決められています。

### 〇緊急連絡先について

学校で発熱やインフルエンザ様症状が出た場合は、**緊急連絡票**に記入された連絡先に電話をすることになります。なるべく連絡がとれるようご協力をお願いします。

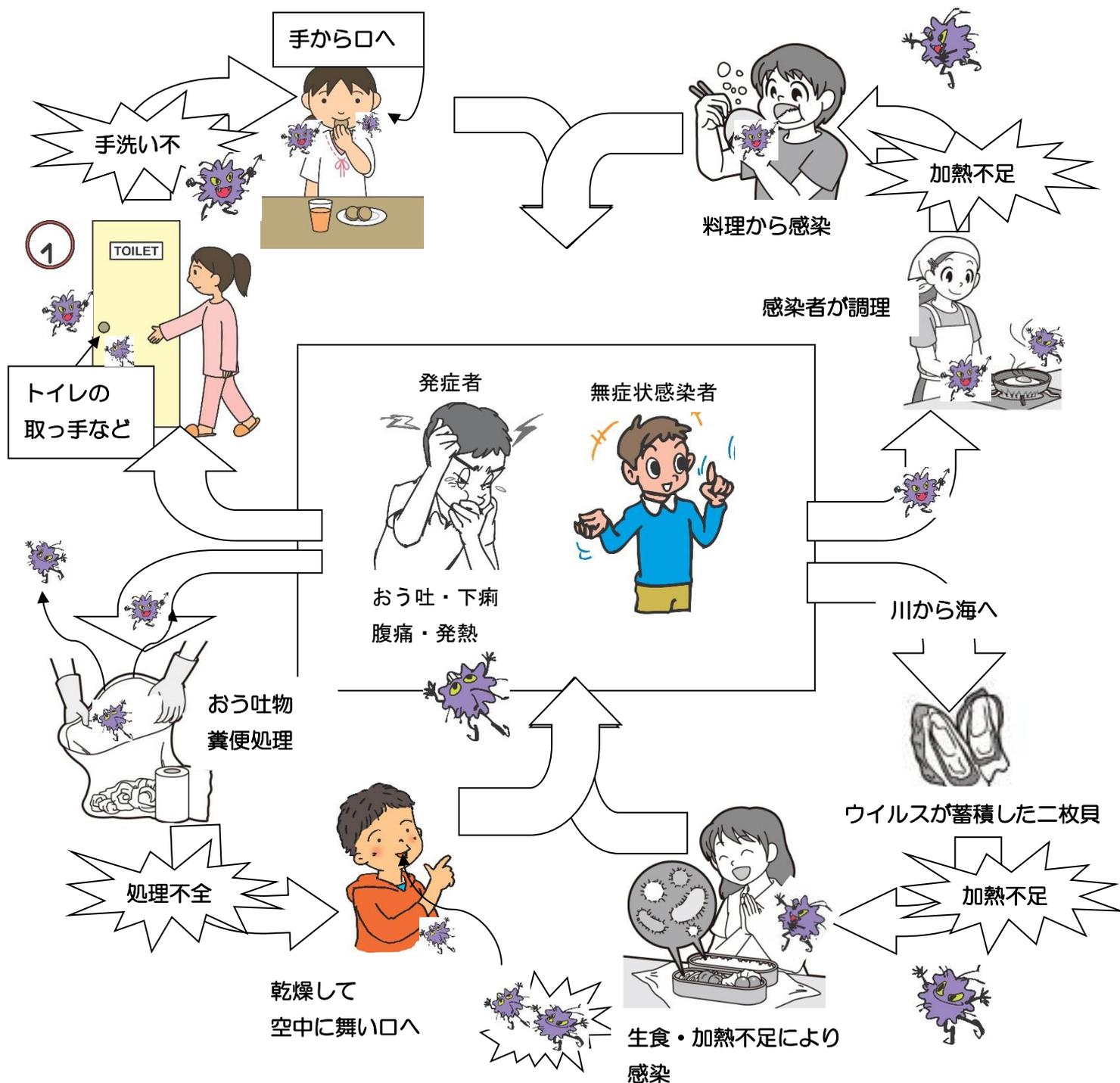
### 〇インフルエンザの特徴的な症状

- ・38°C以上の発熱
- ・筋肉痛
- ・関節痛



このような症状がある場合は  
医療機関を受診しましょう。

# ノロウイルスの感染経路



参考：兵庫県健康福祉事務所「STOP! ノロウイルス」

## 指の間やシワの奥までしっかり30秒以上、手洗いしましょう

ノロウイルスに感染してしまった場合、周りの人のためにできること…

- 洋式トイレはふたを閉めて流す
- タオル・スリッパは共用しない
- 咳やくしゃみが出なくてもマスクをする
- お風呂は一番最後に入る

