

# ほけんしつ 保健室からこんにちは

れいわ ねんど がっこう  
令和5年度/11月号



ふくおかけんりつ ついきとくべつしえんがっこう ほけんしつ  
福岡県立築城特別支援学校：保健室

あさ・夜が寒くなり、体調を崩す児童生徒が見られています。

インフルエンザウイルスやコロナウイルスも全国的に見られている状況です。

気温によって服装をこまめに換え、手洗いや換気、咳エチケットを心がけ、

体調を整えましょう。



インフルエンザウイルスやコロナウイルスに感染した場合は、出席停止です。

## インフルエンザウイルスの出席停止期間

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

発熱期間	発症日	1日目	2日目	3日目	4日目	5日目	6日目	7日目	8日目
無症状	検査日							登校可能	
3日間								登校可能	
4日間									登校可能
5日間									



## コロナウイルスの出席停止期間

発症した後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

\* 症状軽快とは、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。

発症期間	発症日	1日目	2日目	3日目	4日目	5日目	6日目	7日目
無症状	検査日							
3日間								
4日間								
5日間								

発熱や咳などの症状が出た場合は近くの医療機関に相談しましょう。

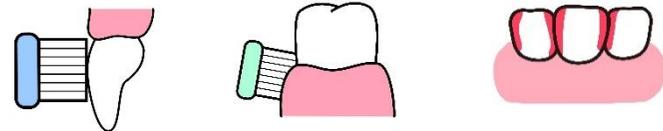
## ★11月8日は「いい歯の日」

11月8日はいい歯の日です。

いい歯を保つためには、歯磨きが大切です。

この機会に歯磨きの基本を振り返ってみましょう。

①歯ブラシの先を歯の表面、歯と歯茎の境目、歯と歯の間にきちんとあてる。



②軽い力で小刻みに動かす。

