

すこやか通信

2025年 1月 広畑小学校 保健室



あけましておめでとうございます。2025年がスタートしました。これからが寒さの本番です。健康に過ごすために、睡眠をしっかりとり、手洗い・うがいを忘れないにしていましょ。

<インフルエンザの出席停止期間について>

発症後 5日を経過+解熱後 2日を経過するまでは、学校はお休みになります。
ゆっくり静養してください。

例	発症日 0日目	発症後 1日目	発症後 2日目	発症後 3日目	発症後 4日目	発症後 5日目	発症後 6日目	発症後 7日目
発症後2日目に 解熱した場合	発症/発熱 	発熱 	解熱 	解熱後 1日目 	解熱後 2日目 	※まだ発症後 5日を経過して いないため登校 できない	登校可能 	
出席停止期間	→							
発症後4日目に 解熱した場合	発症/発熱 	発熱 	発熱 	発熱 	解熱 	解熱後 1日目 	解熱後 2日目 	登校可能
出席停止期間	→							

◎発症日(0日目)は、病院を受診した日ではなく、**インフルエンザ様症状(38.0℃の発熱)が
 始まった日**です。症状が始まった日に受診した場合は、その日が発症日(0日目)となります。

登校の際は「**登校届**」をお子様を持たせていただきますようお願い申し上げます。

※「**登校届**」は市ホームページ、学校ホームページから印刷できます。

印刷が難しい場合は、学校にお問い合わせください。

石けんやハンドソープの「殺菌・消毒」どんな意味?

多くの石けんやハンドソープにある「殺菌・消毒」の表示。この言葉の意味、知っていますか?

殺菌

多くの菌やウイルスを
死滅させること



…つまり、石けんやハンドソープを使うと感染症を予防しやすいということですね。

消毒

感染症を発症しない水準まで
菌やウイルスを減らすこと

ちなみに、似た言葉に「除菌」がありますが、除菌は菌やウイルスをある程度取り除くことで、殺菌と比べると消毒効果はやや弱いです。

石けんやハンドソープには殺菌・消毒効果がありますが、丁寧な手洗いが大前提。

感染症が流行しやすい時期、改めて手洗いを徹底しましょう。

