

ほけんだより 2月

令和7年2月7日

岡山県立岡山東支援学校 保健室

2月は「立春」といい、暦の上では春が始まりますが、まだまだ寒い日が続きますね。インフルエンザなど感染症が流行する恐れもあります。部屋の窓を開けて空気を入れ替えたり、冷たい水で手を洗ったりなどがつらい時期ですが、引き続き感染症予防を心がけていきましょう！寒さもストレスになります。楽しいことをして、ストレスをためないようにしましょう！

だいじょうぶ

大丈夫？アレルギーの話

はなし

2/10は
「アレルギーの日」

さまざまなアレルギーの原因

- ・ハウスダスト（ほこり、動物の毛、ダニ）
- ・食べ物
- ・ペット
- ・ラテックス製の手袋
- ・花粉



代表的なアレルギーの症状

- ・涙目
- ・目のかゆみ
- ・鼻水
- ・皮膚のかゆみ
- ・発疹
- ・くしゃみ など

花粉にそなえよう！



「花粉飛散情報」をチェックし、飛ぶ量や範囲を確認しよう！



ツルツルした洋服を身につけよう！

マスクで鼻をガードしよう！



保護者の方へ

～インフルエンザ、新型コロナの出席停止期間について～

インフルエンザにかかった場合は**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**、新型コロナウイルス感染症にかかった場合は**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**は出席停止になります。



インフルエンザの場合 (例：3日目に解熱した場合、4日目に解熱した場合)

	発症日	1日目	2日目	3日目	4日目	5日目	6日目	7日目
3日目に解熱した場合			発熱	解熱	解熱後1日目	解熱後2日目	登校OK	
4日目に解熱した場合			発熱	発熱	解熱	解熱後1日目	解熱後2日目	登校OK

新型コロナの場合 (例：4日目に症状が軽快した場合、5日目に症状が軽快した場合)

	発症日	1日目	2日目	3日目	4日目	5日目	6日目	7日目
4日目に症状が軽快した場合			有症状	有症状	症状軽快	症状軽快後1日目	登校OK	
5日目に症状が軽快した場合			有症状	有症状	有症状	症状軽快	症状軽快後1日目	登校OK

再登校時の提出書類について

インフルエンザ・新型コロナウイルス感染症にかかった場合、再登校時には保護者記入による「インフルエンザ罹患報告書」「新型コロナウイルス感染症罹患報告書」の提出が必要です。様式は本校ホームページから自宅で印刷できます。印刷が難しい場合は、学校に相談してください。

再登校の日提出をよろしくお願いいたします。