



あけましておめでとうございます。今年もよろしくお願いたします。  
 始業式の朝は気持ちよく起きられましたか？ 年末年始は行事も多く夜ふかしなどで生活リズムが乱れがちです。生活リズムを整えて、元気に三学期をスタートしましょう。

また、インフルエンザが流行しています。病気の予防には「手洗い」と「うがい」。そして、体の「冷え」対策に上手に重ね着を工夫しつつ、寒さに負けずに元気に遊びと運動をして体を動かしていきましょう。

# インフルエンザがはやっています

インフルエンザにかかってしまっても、しっかり治療に専念できるように出席停止の措置となります。療養が明けたら、おうちの方が書いた「登校届」をもって、再登校するようにしてください。また、感染症を拡げないためにも、病後はマスクをすることをおすすめします。



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 	※発症後5日を経過していないため登校不可	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	—————→							

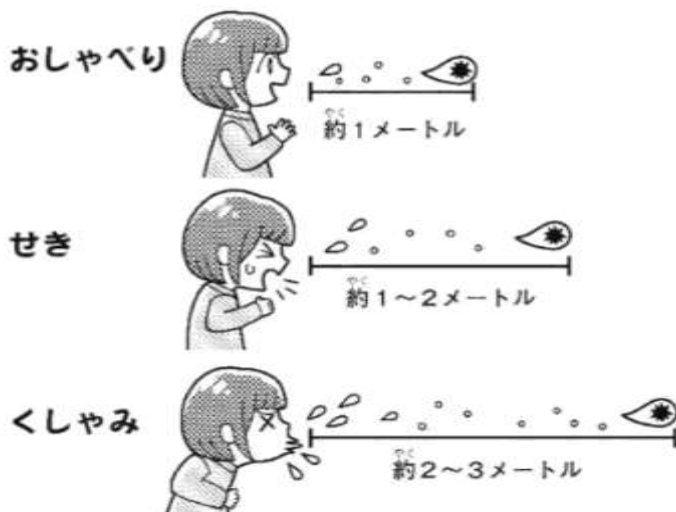
登校届

HPより  
入手でき  
ます。



## “飛まつ”が飛ぶきよりを見てみよう

かぜやインフルエンザの原因となるウイルスをふくむ飛まつは、想像以上に遠くまで飛びます。



## せきエチケットを心がけよう

感染症にかかっているときは、周りの人にうつさないために、せきエチケットを心がけましょう。



マスクをつける



ティッシュや  
服のそでで  
口をおさえる