

保健だより 2月号

徳島北高等学校 令和5年2月1日

実践、北高ライフ！

- ・ゼロ密を徹底する
- ・手洗い
- ・マスクの着用
- ・教室の換気



季節性インフルエンザが流行期に入りました。本校でもインフルエンザの感染者が出ており、新型コロナウイルスとの同時流行が心配されています。寒い時期ですが、手洗い・うがいや咳エチケット、換気をしっかり行うなど、引き続き、基本的感染対策のご協力をお願いします。

インフルエンザの出席停止期間

発症後5日を経過し、かつ、解熱した後2日を経過するまで。

「発症した後5日を経過」かつ「解熱した後2日を経過」の両方を満たす期間、登校できません。

*発症とは、病院を受診した日ではなく、インフルエンザ様症状（38度以上の発熱など）が始まった日のことで、その日を0日と数えます。

*1日の中で発熱と解熱が両方あった場合は発症日となります。解熱した後2日とは、解熱した日を0日と数えます。

	発症日	発症後								
		0日目	1日目	2日目	3日目	4日目	5日目	6日目	7日目	8日目
例1 発症後1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	発症後4日目	発症後5日目				
	出席停止	出席停止	出席停止	出席停止	出席停止	出席停止	登校可能			
例2 発症後2日目に解熱した場合	発熱	発熱	解熱	解熱後1日目	発症後2日目	発症後5日目				
	出席停止	出席停止	出席停止	出席停止	出席停止	出席停止	登校可能			
例3 発症後3日目に解熱した場合	発熱	発熱	発熱	解熱	解熱後1日目	解熱後2日目				
	出席停止	出席停止	出席停止	出席停止	出席停止	出席停止	登校可能			
例4 発症後4日目に解熱した場合	発熱	発熱	発熱	発熱	解熱	解熱後1日目	解熱後2日目			
	出席停止	出席停止	出席停止	出席停止	出席停止	出席停止	出席停止	登校可能		
例5 発症後5日目に解熱した場合	発熱	発熱	発熱	発熱	発熱	解熱	解熱後1日目	解熱後2日目		
	出席停止	出席停止	出席停止	出席停止	出席停止	出席停止	出席停止	出席停止	登校可能	

その後は解熱した日によって出席停止期間が順次延長されていきます。



こたえ
Q1: ② Q2: ①

- Q1 花粉の飛ぶ量が多いのは？
- ①雨が降る前
 - ②雨が降ったあと
- Q2 花粉が付きにくい服は？
- ①ツルツルの服
 - ②モコモコの服

雨が降った次の日は、気温が上がることで多く、たくさん花粉が飛びます。また、急に暖かくなった日や、風が強い日も注意が必要です。
表面がデコボコしている服は花粉が付きやすいので、綿やポリエステルなどの素材を選びましょう。



忘れていませんか？災害共済給付の手続き

手続きがまだの人は保健室へ！



- ① 対象：学校管理下（授業中・部活動中・登下校中等）で起こったケガなどで医療機関を受診し、初診から治癒するまでの治療費総額が5,000円以上（3割負担の健康保険を用いた場合、窓口の負担額が1,500円以上）のもの。
- ② 時効：受診から2年間請求を行わないと、時効となります。
- ③ 卒業後：卒業後も請求は可能です。ただし、時効がありますので、期限に余裕を持って書類を揃え、提出してください。

ちょっと一息。相談室より

みなさん、こんにちは。まだまだ寒い日が続いていますね。3年生にとっては今回が最後のちょっと一息になります。また、今月3年生は県外に受験に出かける人もいることでしょう。体調に気をつけて、感染予防対策もばっちりして試験に臨んでください。

1, 2年生も3年生のいない校舎で少しさみしいですが、今の学年をよい形で終わることができるよう、毎日を丁寧に過ごしましょう。

今月のスクールカウンセラーの来校日は、6日と20日になっています。申込用紙は各教室、保健室前にあります。心の健康を保って充実した学年末を迎えるためにも、気軽に申し込んでみてください。