インフルエンザの予防等につきまして（お知らせとお願い）

保護者の皆様には、日頃より本校教育に対して、温かいご協力・ご支援をいただき、誠にありがとうございます。

さて、今後も、学校とご家庭で連携し、健康的な生活習慣の確立とインフルエンザの予防により、子どもたちの健康の保持増進に取り組むたいと存じます。

つきましては、ご家庭におかれましても、下記により、改めて子どもたちの健康的な生活への支援とインフルエンザに対する予防と対応をとっていただきますようよろしくお願いいたします。

記

1 「手洗い」と「うがい」の励行

外遊びや外出した後は、「手洗い」と「うがい」の確認をお願いします。

- * 「手洗いは20秒以上、うがいはのどの奥までのガラガラうがい」が効果的です。

2 状況に応じた「マスク」の着用

子どもたちの用のない外出をさげさせてください。人混みに入る時は、「マスクの着用」をお願いします。

- * 咳が出る場合には、必ずマスクの着用が必要です。

3 「換気」と「湿度」の保持

今後も、定時間ごとの換気と湿度の保持をお願いします。

4 「栄養」「適度な運動」「十分な睡眠」と規則正しい生活

今後も、栄養・適度な運動・休養と睡眠を十分に確保し、規則正しい生活を心がけさせてください。

5 登校前の「健康観察」

登校前に、お子さんの「健康状態を観察」してください。

- インフルエンザの症状（発熱・鼻づまり・鼻水・のどの痛み・せき・下痢・嘔吐等）がないか、チェックをお願いします。
- お子さんの体調が悪い時は、登校前に体温を測ってください。また、熱がある場合は、医療機関において受診をお願いします。

6 学校への連絡と出席停止日数

医療機関でインフルエンザの診断を受けた場合には、速やかに学校に連絡してください。お子さんは、自宅療養となります。

- お子さんの容態、インフルエンザの型や発熱した日時等、お知らせください。
- インフルエンザによる学校の出席停止期間は、「発症後（発熱した翌日を1日目として）、5日経過し、かつ、解熱した後2日（幼児は3日）を経過するまで」となっております。