

ほけんだより 12月

令和7年12月10日
県立加古川南高等学校
保健部

インフルエンザが流行っています。気温が下がると空気が乾燥し、様々なウイルスが活性化します。また、年末年始はイベントや会食の機会も増え、普段以上に感染リスクが高まります。受験や修学旅行を控えた仲間たち、乳幼児や高齢者など感染症にかかると重症化しやすい人たちがいます。『うつらない・うつさない』を合言葉に、一人ひとりが感染症対策を心掛けましょう。

□三密（密集・密接・密閉）の回避、換気

□手洗い、消毒、うがい、マスクの着用、咳エチケット

□早めの休養、受診 □インフルエンザの予防接種がまだの人は年内に！

換気をしよう

換気をして空気を入れ替えると
良いことがたくさん

頭がスッキリする

感染症予防になる

こもった匂いや
湿気がとれる

換気をするときのポイントは

対角線の
窓を開けること



換気をして
新鮮な空気の部屋で過ごしましょう

各クラスの保健委員は、休み時間ごとに教室のドアと窓を開けて換気をしましょう！！

換気は皆さんの健康と快適な学習環境を保つために必要なこと。

換気への理解と協力をお願いします。

《キャンパスカウンセリング今後の予定》

12月10日(水)・18日(木)／1月22日(木)・30日(金)

こころの整理をしませんか？希望する人は早めに保健室もしくは担任まで。



要チェック!!

学校において予防すべき感染症の種類と出席停止の期間の基準

分類	病名	出席停止の期間の基準
第一種	エボラ出血熱、クリミア・コンゴ出血熱、痘そう、南米出血熱、ベスト、マールブルグ病、ラッサ熱、急性灰白髄炎、ジフテリア、重症急性呼吸器症候群（SARS）、中東呼吸器症候群（MARS）、特定鳥インフルエンザ	治癒するまで
第二種※	インフルエンザ（特定鳥インフルエンザ等を除く）	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
	百日咳	特有の咳が消失するまで又は5日間の適正な抗菌性物質製剤による治療が終了するまで
	麻疹（はしか）	解熱した後3日を経過するまで
	流行性耳下腺炎（おたふくかぜ）	耳下腺、顎下腺又は舌下腺の腫脹が発現した後5日を経過し、かつ、全身状態が良好になるまで
	風しん（三日はしか）	発しんが消失するまで
	水痘（水ぼうそう）	すべての発しんが痂皮化するまで
	咽頭結膜熱（プール熱）	主要症状が消退した後2日を経過するまで
	新型コロナウイルス感染症	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
	結核	病状により学校医その他の医師において感染のおそれがないと認めるまで
第三種	髄膜炎菌性髄膜炎	認めるまで
	コレラ、細菌性赤痢、腸管出血性大腸菌感染症、腸チフス、パラチフス、流行性角結膜炎、急性出血性結膜炎、その他の感染症	病状により学校医その他の医師において感染のおそれがないと認めるまで

※第二種の感染症は、空気感染または飛沫感染するもので、学校において流行を広げる可能性が高い感染症が規定されている。

学校保健法施行規則では、学校において予防すべき感染症の種類と出席停止の期間が定められています。感染症の疑いがある場合には必ず受診し、診断結果を学校まで連絡してください。

《注意事項》

★インフルエンザや新型コロナウイルス感染症の出席停止期間は、発症した日を0日としてカウントします。解熱した日や症状が軽快した日によって、出席停止期間が異なりますので主治医に確認の上、指示された期間は必ず自宅療養してください。

★新型コロナウイルス感染症の場合、ウイルスの排出が続くとされる発症後10日間は、出席停止解除後もマスクの着用をお願いします。

★登校を再開する際には、「学校感染症 登校許可書」を担任まで提出してください。様式は本校ホームページよりダウンロードできます。