

いわき市でもインフルエンザが猛威をふるっています！そこで、今からでも間に合う

予防法をいくつか紹介します。1人1人の心がけ・行動が集団感染を防ぎます。「自

分の為・家族の為・友達の為」…早速今日から始めましょう！！



「1日3回の歯みがき」と「鼻呼吸」で、インフルエンザ予防



～ある老人ホームで3年間インフルエンザ罹患0人～

週末のニュースで、全国でインフルエンザが大流行する中で、ここ3年間、入居者

のインフルエンザ罹患者が0人という老人ホームがあるそうです。予防法として

① 1日3回の歯みがき(歯科衛生士さんに指導を受け、丁寧な歯磨きを実施)

② 鼻呼吸(鼻で呼吸する⇒治療の必要な人は早めに耳鼻科受診を。) など

★ぜひ皆さんも今日からお昼も歯磨きタイムを作りましょう



インフルエンザ出席停止期間は「早見表」をご参照下さい



		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	発症した後5日を経過した後
Aくん 発症後1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	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	出席停止	登校可能
Bくん 発症後2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	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	出席停止	登校可能
Cさん 発症後3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
Dさん 発症後4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	登校可能
Eくん 発症後5日目に解熱した場合	発熱	発熱	発熱	発熱	発熱	発熱	解熱	解熱後1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

学校保健安全法施行規則の改正により、インフルエンザの出席停止期間の基準が「解熱後2日を経過するまで」から「発症した後5日を経過し、かつ、解熱した後2日(幼児にあっては3日)を経過するまで」と変わりました。

発症した日からかぞえると、6日間の出席停止が必要ということになります。その後は、解熱した日によって出席停止日が延期されていきます。

⑥ 出席停止の期間中は、家庭で安静に過ごしましょう。