

## インフルエンザが流行っています

本校でもインフルエンザで欠席する生徒が増え、流行の兆しがあります。次を参考にご家庭でも予防を心がけてください。

### かかってしまったら

発症した後五日を経過し、かつ、解熱した後二日を経過するまでは、学校を休み、健康を回復させてください。その間は、他人へ病気をうつしやすい期間と考え「出席停止」です。

### 予防は、

- 咳やくしゃみを他の人に向けて発しないこと。
- 咳やくしゃみが出るときはできるだけマスクをすること。
- 外出後は手を洗うこと。
- 適度な湿度を保持すること。
- 十分な休養とバランスのとれた栄養を摂取すること。
- 人混みや繁華街への外出を控えること。

問い合わせ先  
城郷高校教頭 小坂  
(045) 382-5254