

## インフルエンザについて

インフルエンザは感染力が非常に強く重症化しやすいので、インフルエンザと思われる症状がある場合は、登校せず、すぐに医療機関へ行きましょう。

### <症状>

頭痛、発熱（38度以上）、全身倦怠感、関節痛など

### <予防>

- ・ 予防接種を受ける。
- ・ 手洗い、うがいをする。
- ・ 咳エチケットを心がける。（マスクの着用等）
- ・ 人混みを避ける。
- ・ 適度な湿度（50～60%）を保つ。
- ・ 十分な休養とバランスのとれた食事をとる。

### <インフルエンザと診断された場合>

1. 医師から指示された期間は、登校できません。  
学校保健安全法により、発症後（発熱の翌日を1日目として）5日を経過し、かつ解熱後2日を経過するまでは自宅療養してください。
2. インフルエンザ（疑いも含む）と診断されたら、**大学に電話で連絡してください。**

### <連絡先>

松江キャンパス 保健室 TEL：0852-20-0280（平日8：30～17：15）