保健だより

すこやか

田彦小学校保健室

＊おうちの人といっしょによみましょう。

令和5年12月6日（水）

保健目標　**教室の空気を入れ換えよう**

安全目標　**安全な冬の生活をしよう**

インフルエンザがはやっています

11月中旬頃から、インフルエンザが流行し、3年生～6年生 12クラスが学級閉鎖になりました。その他、溶連菌感染症や新型コロナウイルス感染症、アデノウイルス感染症等にかかる人もでています。さらに、ノロウイルスによる感染性胃腸炎などにも注意が必要です。

今、元気な人も、うがい・手洗いをしっかり行い、予防を心かけてください。

休日の過ごし方に注意しよう

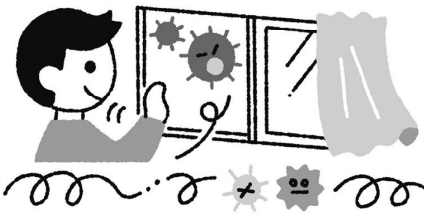
★休み明けに、具合が悪くなる人が多くなります。その理由として

① 休みの日だからと遅くまで起きている。
② 人ごみに出かける。
③ 手洗い・うがいをしない。
④ 習い事に出かけ、疲れる。

などが考えられます。休日も規則正しく過ごし、具合が悪い時は、無理をしないことも大切です。

ウイルスのつぶやき

耳をすませると、こんな声が聞こえてきました。「○○さんの部屋は、空気の入れかえをしないから、すごく生活しやすいなあ」。これは、とあるウイルスの言葉。教室では空気の入れかえをしていますが、同じように、みなさんのおうち（部屋）でもしていますか？空気の中にただよっている、かぜやインフルエンザのウイルスを吸い込むと、そのウイルスに感染しやすくなります。ウイルスを外に追い出すために、空気の入れかえをしてくださいね！



保護者の方へ ～インフルエンザの基本事項～

ここ数年のコロナ禍では広く感染症対策が実行され、冬季の季節性インフルエンザの流行もほぼみられませんでした。しかし、ここに来て夏季も感染者数が一定の水準のまま推移し、大きな流行の波が懸念される状況です。お子さんはもちろん、ご家族が感染・発症した場合に備え、インフルエンザの基本事項について、あらためてご確認をお願いいたします。

主な症状

範囲…全身にみられる	鼻水…遅れて出る	筋肉痛…強い
進行…早い	せき…多い・強い	関節痛…強い
発熱…38 度以上	頭痛…強い	倦怠感・寒気…強い

出席停止基準

学校保健安全法施行規則では「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」出席停止と定められています（※この間は欠席扱いになりません）。「登校可」の時期になった後も回復の状況などを充分に考慮し、必要に応じて医師ともご相談のうえ、登校の可否をご判断いただければと思います。