

# 保健だより 11・12月号



令和6年11月1日  
富山県立しらとり支援学校  
保健室

保健目標 : 感染症を予防しよう!



## ○11・12月の保健行事予定

- 11月8日(金) 歯みがき教室① (小1・小3・小5①、高3)
- 11月14日(木) 心の発達相談会②
- 11月22日(金) 歯みがき教室② (小5②・中3)
- 12月13日(金) 学校保健委員会



歯みがき教室では染出し液を使用するので、汚れてもよい服装と、タオルをご準備ください。

## ○出席停止の感染症について

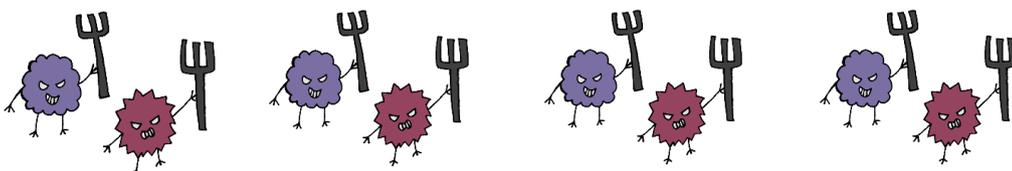
以下は、学校感染症の第2種にあたる感染症の出席停止基準です。

診断された場合は、出席停止となります。すぐに学校へご連絡ください。

第二種感染症	感染症名	出席停止基準
	インフルエンザ(鳥インフルエンザ(H5N1)を除く)	発症した後5日を経過し、かつ解熱後2日(幼児にあっては3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資製剤による治療が終了するまで
	麻疹(はしか)	解熱後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
	風疹	発疹が消失するまで
	水痘(みずぼうそう)	すべての発疹が痂皮化するまで
	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
	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
	髄膜炎菌性髄膜炎	症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
	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

・手足口病や、溶連菌感染症、感染性胃腸炎、ヘルパンギーナ、肺炎マイコプラズマ、伝染性紅斑(リンゴ病)等のその他の感染症においては、流行の状況等によって学校医等と相談の上、出席停止とさせていただきます。

診断された場合には、必ず学校にご連絡ください。



# 〇インフルエンザが流行する季節になってきました

近年、インフルエンザの流行する時期が早まっています。インフルエンザ予防のための対策は、新型コロナウイルス感染症等その他の感染症の予防対策としても有効です。

引き続き、ご家庭でのお子さんの体調管理や健康観察のご協力をよろしくお願いいたします。インフルエンザと診断された場合、医師の診断書等の提出は不要です。

ご家庭で「インフルエンザ治癒報告書」を記入の上、登校時に担任へ提出をお願いします。（「インフルエンザ治癒報告書」は本校のHP からダウンロード可能です。）



	発症当日	1日目	2日目	3日目	4日目	5日目	6日目	7日目
<例1> 発症後2日目に解熱	発熱	発熱	解熱	解熱後1日目	解熱後2日目	発症後5日以内 登校不可	<u>登校可能</u>	
<例2> 発症後4日目に解熱	発熱	発熱	発熱	発熱	解熱	解熱後1日目	解熱後2日目	<u>登校可能</u>

**発症後、最低5日間は登校できません。自宅で安静にしてください。**

解熱剤によって早めに解熱しても、インフルエンザウイルスの感染力はしばらく残っています。また、一旦熱が下がっても再び発熱する場合があります。発熱等の症状がなくなっても、出席停止期間は自宅で休養してください。

## しらとり保健室から

### 免疫力を高める 習慣作り 3 選

朝



- 決まった時間に起き、朝日を浴びよう。朝食の後にはトイレタイムを作ろう。

昼



- できるだけ好き嫌いせずに、ご飯を食べよう。発酵食品や食物繊維を取り入れてみよう。

夜



- 寒くなってきたので、できればシャワーではなく、入浴して体を温めよう。