



げんき



健口（けんこう）で
口福（こうふく）な
一年になりますように！

ほけんだより NO. 122 H30. 1. 9 川本南小学校保健室



あら きも ころ からだ げんき 新たな気持ちで心も体も元気にスタート！！

あたらし とし を迎え、みなさんのかなえたい目標はなんですか？

みなさんが目標に向かって一歩一歩、前進できるよう、今年も

心と体の健康を一生“犬（けん）”命に応援していきたいと思
いますので、よろしくお願ひします。



かからない！ うつさない！
まずは 冬の感染症をよく知っておこう！！



せっけん
であら
手洗い
してる
かな？

ちがいがわかるかな？ かぜ インフルエンザ 感染性胃腸炎

ふつうのかぜ

- 熱（あまり高くない）
- くしゃみ
- せき
- 鼻水
- のどの痛み



インフルエンザ

- 高い熱（38度以上）
- 体の痛み
- ひどい寒気



くしゃみ・せき・鼻水
のどの痛み もあります。

感染性胃腸炎

- ひどい吐き気・嘔吐
- ひどい腹痛・下痢
- 熱（あまり高くない）



《おうちの方へ》

お子さんが朝から体調が悪い場合には、登校を見合わせてくださいますようお願いいたします。

また、お子さんが学校で急に具合が悪くなり、早退させたくても連絡が取れずに困ることがよくあります。

**緊急連絡先が変更になったご家庭は必ず学級担任にお知らせください。
よろしくお願ひします。**



1月の保健行事予定

- | | | |
|--------|------|------------|
| 10日（水） | 身体測定 | 1・2年 |
| 11日（木） | 身体測定 | 3・4年・ことり学級 |
| 15日（月） | 身体測定 | 5・6年 |



* 身体測定では『冬にはや
る病気』についての保健
指導も行います。

熱がさがった!



インフルエンザでもウイルスは…???



インフルエンザの治療には抗インフルエンザウイルス薬が使われますが、主にウイルスの増殖を抑える効果があるもので、ウイルス自体をやっつけるわけではありません。薬の効果で熱が下がった後もウイルスはしばらく体内に残り、せきやくしゃみで周囲に飛び散って感染の拡大につながってしまいます。薬の効果で症状が楽になると治ったと思いがちですが、感染拡大防止のために登校基準を必ず守ってください。

なお、厚生労働省からは今冬より以下のように注意の内容が変更されていますので、よろしくお願ひします。

インフルエンザにかかった際は、抗インフルエンザウイルス薬の種類や服用の有無にかかわらず、異常行動（例：急に走り出す、部屋から飛び出そうとする、ウロウロするなど）が報告されています。小児・未成年者がインフルエンザにかかり、自宅で療養する場合には、抗インフルエンザウイルス薬の種類や服用の有無によらず、インフルエンザと診断され治療が開始された後、少なくとも2日間は小児・未成年者を一人にしないことを原則としてください。



感染拡大防止のため、出席停止期間は必ず、守ってください!

インフルエンザの出席停止期間について

☆ 発症後5日を経過 + 解熱後2日を経過するまでは、 学校はお休みになります。ゆっくり静養してください。

例	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	発症後 6日目	発症後 7日目
発症後2日目に解熱した場合				解熱後 1日目	解熱後 2日目	※まだ発症後5日を経過していないため登校できない	登校可能 	
出席停止期間	→							
発症後4日目に解熱した場合					解熱後 1日目	解熱後 2日目	登校可能 	
出席停止期間	→							