



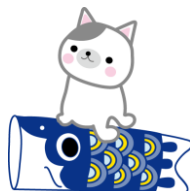
げんき



ほけんだより NO. 85 H27. 5. 1 川本南小学校保健室

なに 何をするにもきもちのいい5月です！

あす 明日から5連休です。しんねんど 新年度がスタートして1か月がたった
 ところであとまったお休みがあるのは、いそが 忙しいやきんちよう 緊張で疲れた
 こころ 心とからだ 体にはうれしいことです。なんとなくげんき 元気が出なかったり、
 たいちようふりよう 体調不良を感じたりしている人は、この休みを利用して、リラッ
クス（心とからだをゆるめる）、リフレッシュ（きぶんてんかん 気分転換をする）、
リカバー（つか 疲れを）かいふく 回復する）しましょう。



*** 5月の保健行事 ***

13日（水）しんでんずけんさ 心電図検査（1・4年・けいこうくわんさつじどう 経過観察児童）

19日（火）がんかけんしん 眼科検診（2・4・6年は全員、1・3・5年はアンケートの結果必要な人のみ）



こんねんど 今年度の保健委員会の
 しょうかい メンバー紹介します！

みなみしょう 南小のみなさんのからだ こころ
 げんき まも 元気を守るためにがんばります！
 よろしくおねがいします！



おうちのかたへ

新年度が始まって1ヶ月、環境が変わったことからくる緊張、特に1年生では
 徒歩での登下校も加わり、心身ともに疲れています。お子さんの頑張りを認め
 るとともに、意識的にお子さんとの会話やスキンシップを増やしていただき、心や
 体からのSOSを見逃さないようにしてほしいと思います。



保健室をご利用ください

お子さんの心と体の健康について心配ごとや気になること
 などがありましたら、ぜひ、お気軽にご相談ください。

（川本南小583-3019 保健室 加藤）



★ご報告★ 学校薬剤師の佐々木克巳先生より体温計を寄付していただきました。
 保健室・教室用として、また校外学習時にも使わせていただきます。

『学校において予防すべき感染症』にかかったら 『出席停止』になります



学校において予防すべき感染症が学校保健安全法施行規則によって定められています。その感染症にかかった場合には、病気のまん延を防ぐために、法律で定められた期間、あるいは、医師の登校許可が出るまでは学校へは『出席停止』となります。欠席扱いにはなりません。医師から感染症と診断されたら、速やかに学校へご連絡ください。

* 医師の証明書・診断書は必要ありませんが、保護者の方にご記入いただく『出席停止届』の提出をお願いいたします。

主な感染症と出席停止期間の基準



疾 病 名	出 席 停 止 期 間 の 基 準
インフルエンザ	発生した後5日を経過し、解熱した後2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、また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
水痘（水ぼうそう）	すべての発疹がかさぶたになるまで

* その他の感染症として

溶連菌感染症 手足口病
ヘルパンギーナ 伝染性紅斑（りんご病）
感染性（ウイルス性・流行性）胃腸炎
マイコプラズマ感染症
RSウイルス感染症
ヒトメタニューモウイルス感染症 など

これらの感染症については、
医師が感染のおそれがないと
認めれば登校できます。医師
の指示に従ってください。



ヒトメタニューモウイルス感染症 って？

高い熱とかぜの割にひどい咳が特徴です！

聞き慣れない病名ですが、このウイルスの存在が発見されたのは2001年で、昔から流行してきたかぜのウイルスの一種だそうです。10歳までにはほとんどの人が感染するそうですが、一度感染しても免疫がつかないので、何度でも感染します。

《症状》高熱、ひどいせき、細気管支炎、肺炎、喘息に似た発作、呼吸困難
(RSウイルス感染症と症状がよく似ています。)

《潜伏期間》4～6日

《予防方法》

てあら
手洗い・うがい

あたりまえ に できていますか??



ていねいな『**せつ けん 手洗い・うがい**』は、多くの感染症に対して効果
が高い予防法です。いつでも「**あたりまえ**」にできるようにしておきたいですね！