



# げんき



ほけんだより NO. 94 H28. 1. 8 川本南小学校保健室

## あたら きも こころ 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 とし がスタートしました。みなさんのかなえたい もくひょう 目標は  
なんですか？ みなさんが もくひょう 目標に向かって いっぽいっぽ 一歩一歩、ぜんしん 前進できる  
よう、今年も ことし 心と からだ 体の けんこう 健康を おうえん 応援していきたいと思しますので、  
よろしく ねが お願いします。

今年 ことし は「さる年」です。さる年 とし は、わる 悪いことが「さる」という  
ことで、えんぎ 縁起が よい 良いと言われています。みなさんから びょうき 病気やけが、  
じこ 事故などの よ 良くないことが「さる」年 とし であってほしいですね。



## うつらない! うつさない!



まずは ふゆ 冬の かんせんしょう 感染症 し をよく知っておこう!!



せつけん  
てら  
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 かんせんせい 感染性胃腸炎 いちょうえん

#### ふつうのかぜ

- ねつ 熱 (あまり たか 高くない)
- くしゃみ
- せき
- はなみず 鼻水
- いた のどの痛み



#### インフルエンザ

- たか 高い ねつ 熱 (38度以上)
- からだ 体の痛み
- さむけ ひどい寒気



くしゃみ・せき・鼻水  
のどの痛み もあります。

#### かんせんせい 感染性胃腸炎 いちょうえん

- ひどい ひどい は 吐き気・おうと 嘔吐
- ひどい ひどい ふくつう 腹痛・げり 下痢
- ねつ 熱 (あまり たか 高くない)



### 《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。  
よろしくお願いいたします。



おつ  
**熱が**  
さがった!



でも **ウイルス** は…???



医師からインフルエンザと診断されると「出席停止」の扱いとなり、登校することができません。現在、登校可能な基準は「発症した後5日を経過し、かつ、解熱した後2日(幼児の場合は3日)を経過するまで」と定められていますが、このように変更された理由のひとつには、抗インフルエンザ薬の普及があります。

抗インフルエンザ薬は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。薬を使用して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。薬の効果で症状が治まって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。

**出席停止期間は感染拡大防止のため、必ず、守ってください!**

**インフルエンザ!?**

**登校再開はいつになる?**



原則 発症後、5日を経過し、かつ解熱後2日を経過するまで出席停止です。



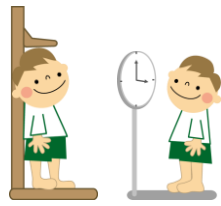
発熱期間	0日目	1日目	2日目	3日目	4日目	5日目	6日目	7日目
2日間	発熱中	発熱中	発熱中	発熱中	発熱中	発熱中	発熱中	発熱中
3日間	発熱中	発熱中	発熱中	発熱中	発熱中	発熱中	発熱中	発熱中
4日間	発熱中	発熱中	発熱中	発熱中	発熱中	発熱中	発熱中	発熱中
5日間	発熱中	発熱中	発熱中	発熱中	発熱中	発熱中	発熱中	発熱中

- ※1 発症日翌日を1日目と数えます。
- ※2 発症から5日を経過しても、解熱してから2日を経過しなければ登校はできません。
- ※3 表中の「発熱期間」の最後の日に解熱したとします。



**1月の保健行事予定**

13日(水)	身体測定	1・2年
14日(木)	身体測定	3・4年
15日(金)	身体測定	5・6年・ことり学級



\* 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。