



げんき



ほけんだより NO. 99 H28. 5. 2 川本南小学校保健室

こちよい5月がスタートしました!

みなさんは、この3連休をどのように過ごしましたか? お出
かけで疲れ気味ではありませんか? 新学期の疲れや気温の変化
などからも体調をくずしやすい時期です。疲れや体調不良を感
じている人は、夜、早めに寝て、これからの3連休も無理をしな
いように、体と心をゆっくりと休めましょう。



また、朝夕と昼間の気温差がとても大きいため、脱ぎ着しやすい
服装で上手に体温調節をして登校しましょう。



5月の保健行事

- 9日(月) 内科検診 (4・5・6年・ことり)
- 10日(火) 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)
- 11日(水) 色覚検査 (4年希望者)
- 16日(月) 内科検診 (1・2・3年)



今年度の保健委員会の
メンバー紹介をします!

南小のみなさんの体と心の
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か月、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)



『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 <u>5日</u> を経過し、 <u>解熱した後2日</u> 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 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。

てあら
手洗い・うがい

いちねんじゅう 一年中、**ずっと**続けよう！



ていねいな石けんでの手洗い・うがいは、多くの感染症に対して効果が高い予防法です。子どものうちから手洗い・うがいをする習慣があれば、一生あたりまえのこととしてできるようになります。年間を通して、自分や周りの人の健康を守ることに繋がる手洗い・うがいを続けていきましょう。