



ほけんだより 一月



蕪川西小学校 保健室



あけましておめでとうございます

いよいよ2014年、そして3学期がスタートしました。冬休みは、元気にすごせましたか？今年度のしめくりの3学期！かぜやインフルエンザに負けないように元気にすごしましょう。

おうちのかたへ

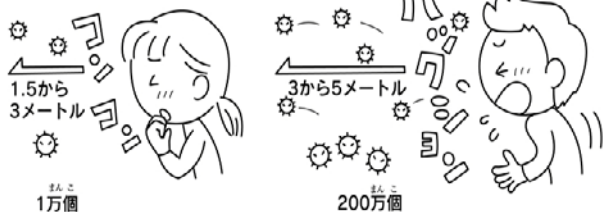
かぜ・インフルエンザのシーズンがやってきました！



毎年1月から3月にかけて、本校でもインフルエンザの流行がみられます。インフルエンザの流行を抑えるためには、「規則正しい生活習慣」、「うがい・手洗い」そして「マスクの着用」が効果的です。

どんとどんとびちるインフルエンザウイルス

せきでとびちる範囲とウイルスの数 くしゃみでとびちる範囲とウイルスの数



おしゃべりだけでもウイルスは広がります



インフルエンザウイルスははく息のついでに体の外に出できます。せきやくしゃみはふつうの息よりもいきおいがあるのでより速くまで、より多くのウイルスがとんでいきます。マスクをしてウイルスがとびちるのをふせぎましょう。

ぜひ、マスクを1枚、必ずランドセルに持たせていただきますようよろしくお願いいたします。また、ハンカチ・ティッシュも忘れずに持たせてください。

インフルエンザとかぜ

「普通感冒」とよばれるかぜ症候群にくらべ「流行性感冒」とよばれるインフルエンザは症状が重いので注意が必要です。

	インフルエンザ	かぜ
伝染力	強い	それほど強くない
感染から発症まで	急に高い熱が出る。 潜伏期間（感染しても症状が出ない期間）は1から3日くらい。	熱が出るときはだんだんに出てくる（出ないこともある）。 潜伏期間はふつう5、6日。
病状	全身に症状が出て重い （悪寒・強い頭痛・だるさ・筋肉や関節の痛みなど） 5、6日以上寝こむ	全身におよぶ症状はほとんどない （くしゃみ、鼻水、鼻づまり、のどのいがらっぽさなど） 2から3日で回復する
熱	40度くらいの高熱	37から38度くらい
せき・鼻水	発症して2、3日して出てくる	せきや鼻水で発症がわかる
登校	熱が下がってから2日たつまで出席停止だが、医師の許可を得たほうがよい	症状によって判断する

<かぜ予防の合い言葉>

ハンカチ・ティッシュはポケットに！マスクを枚ランドセルに！！

3学期の発育測定を行います。

4～6年生は8日（水）、1～3年生は、9日（木）に発育測定を行います。結果は「発育の様子」でお知らせします。「発育の様子」は、「わたしのからだ」にはさんで、ご家庭で保管をしてください。

出席停止の書類について

<学校感染症通知書>

太田市内でしたら、各医療機関にあります。
紙の色は、黄色・白などです。

医療機関で、「インフルエンザ」と診断され、
この用紙を渡されたら、なるべく早く学校へ
提出してください。

もし、かかった医療機関にこの用紙がない時は、
学校に用紙がありますので、お手数ですが学校
まで取りに来ていただき、医療機関で記入して
もらってください。



<学校感染症と出席停止について>

上の、「学校感染症通知書」を学校へ提出して
いただきますと、学校から
「学校感染症と出席停止について」という用紙
をお渡しします。

インフルエンザが治癒しましたら、学校へ登校
する前に医療機関で「報告書」の欄を記入して
もらってください。

この用紙を学校へ提出していただかないと、
登校できませんのでご承知おきください。



学校感染症通知書			
太田市立 学校長 様			
年 組 氏名 _____ は、下記の事由により 出席を停止させる必要がありますのでお知らせいたします。			
種 別	病 名	出席停止の期間	
第 1 種	<input type="checkbox"/> エボラ出血熱	治療するまで	
	<input type="checkbox"/> クリミア・コンゴ出血熱		
	<input type="checkbox"/> 痘そう		
	<input type="checkbox"/> 南米出血熱		
	<input type="checkbox"/> ペスト		
	<input type="checkbox"/> マールブルグ病		
	<input type="checkbox"/> ラッサ熱		
	<input type="checkbox"/> 急性灰白髄炎		
	<input type="checkbox"/> ジフテリア		
	<input type="checkbox"/> 重症急性呼吸器症候群 <small>(病原体がSARSコロナウイルスであるものに限り)</small>		
第 2 種	<input type="checkbox"/> 鳥インフルエンザ <small>(病原体がインフルエンザウイルスA属インフルエンザウイルス であってその血清型がH5N1であるものに限り)</small>	解熱した後2日を経過するまで	
	<input type="checkbox"/> 百日咳		特有の咳が消失するまで
	<input type="checkbox"/> 麻疹(はしか)		解熱した後3日を経過するまで
	<input type="checkbox"/> 流行性耳下腺炎(おたふくかぜ)		耳下腺の腫脹が消失するまで
第 3 種	<input type="checkbox"/> 風しん	発しんが消失するまで	
	<input type="checkbox"/> 水痘(水ぼうそう)		すべての発しんが痂皮化するまで
	<input type="checkbox"/> 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
	<input type="checkbox"/> 結核		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
	<input type="checkbox"/> コレラ		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
平成 年 月 日から約 日間、出席停止させることが適当です。			
平成 年 月 日			
医療機関名: 医師氏名 _____		印	
* この通知書は、出席停止の措置をとるために必要ですので、学校へ提出してください			

学校感染症と出席停止について			
平成 年 月 日			
年 組 保護者 様 _____			
太田市立 学校 校長 印			
あなたのお子さんは、下記の病気があるため学校保健安全法第19条の規定により、月 日より 日間出席停止となりますので、医師が登校可能と判断するまで、学校を休ませてください。 なお、医師に報告書を記入していただき、登校する日に持参してください。			
種 別	病 名	出席停止の期間	
第 1 種	<input type="checkbox"/> エボラ出血熱	治療するまで	
	<input type="checkbox"/> クリミア・コンゴ出血熱		
	<input type="checkbox"/> 痘そう		
	<input type="checkbox"/> 南米出血熱		
	<input type="checkbox"/> ペスト		
	<input type="checkbox"/> マールブルグ病		
	<input type="checkbox"/> ラッサ熱		
	<input type="checkbox"/> 急性灰白髄炎		
	<input type="checkbox"/> ジフテリア		
	<input type="checkbox"/> 重症急性呼吸器症候群 <small>(病原体がSARSコロナウイルスであるものに限り)</small>		
第 2 種	<input type="checkbox"/> 鳥インフルエンザ <small>(病原体がインフルエンザウイルスA属インフルエンザウイルス であってその血清型がH5N1であるものに限り)</small>	解熱した後2日を経過するまで <small>(目安は発症後約7日間)</small>	
	<input type="checkbox"/> 百日咳		特有の咳が消失するまで
	<input type="checkbox"/> 麻疹(はしか)		解熱した後3日を経過するまで
	<input type="checkbox"/> 流行性耳下腺炎(おたふくかぜ)		耳下腺の腫脹が消失するまで
第 3 種	<input type="checkbox"/> 風しん	発しんが消失するまで	
	<input type="checkbox"/> 水痘(水ぼうそう)		すべての発しんが痂皮化するまで
	<input type="checkbox"/> 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
	<input type="checkbox"/> 結核		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
	<input type="checkbox"/> コレラ		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
平成 年 月 日 ~ 平成 年 月 日まで出席停止			
上記の者は、経過観察が終了し登校可能と判断します。			
医療機関名: 医師名 _____		印	