



藤沢市立
長後小学校
保健室
2019. 5. 8

さわやかな季節 5月です

外で遊ぶとじんわり汗をかくようになりますね。ただ、朝や夕方に吹く風はまだまだ冷たかったりします。かいた汗が冷えてカゼをひいてしまわないように、汗ふきタオルをもってきたり、調節できる服をえらびましょう。



ゴールデンウィークがおわりました・・・

生活リズムをととのえましょう

今年は、10連休という長いゴールデンウィークでしたね。かぞくやともだちと楽しくすごせましたか？

学校がお休みになると、ついつい寝る時間がおそくなったり、起きる時間ものんびりになりがちですね。お休みモードから学校モードにスイッチをきりかえてみましょう。スイッチをスムーズにきりかえるためのコツは、生活リズムをととのえることです。



ケガはすこしの注意でふせげます

新学期の緊張がほぐれてくる5月。疲れがどっとでたり、気がゆるんだり、ケガも少し多くなります。こんなことに注意してみてください。



登下校中は

- おしゃべりに夢中になっていないかな
- 道路でふざけていないかな
- 急に道路にとびだすとあぶないね



校舎や運動場では

- ろうかはあるこう
- 階段でジャンプをしてないかな
- そうじの時間にふざけていないかな
- 遊具をまちがった方法で使っていないかな
- 遊びに夢中になってまわりがみえなくなっているかな
- つめはのびていないかな



すこしの注意をこころがけておくだけで、ケガをふせぐことができます。みんなで気をつけましょう。

保護者の方へ

ここからでもゆっくりやすみましょう



新学期がはじまって一ヶ月がたちました。ご家庭での子どもたちの様子はいかがですか？

今年は10連休という今までにない大型連休を挟んだので、少し慣れた学校のペースをまた取り戻すために、頑張っ

て、ここからだの疲れがでてくるころでもあります。

体調をくずしてしまう前に、まずは早めに寝て、睡眠を十分にとって、からだを休めてあげてください。また、休日は楽しいこと・好きなことをしてからだもここでも上手にリラックスしましょう。

健康診断



健康診断が続いています

4月は提出物など、ご協力ありがとうございました。5月もさまざまな検診・検査の予定が入っていますので、学年だより等でもご確認ください。

結果のお知らせについて

健康診断の結果を、“受診のおすすめ”や“健康手帳”でお知らせしていきます。結果は、異常ありの場合や二次検査の必要があるときのみ、お知らせします。お知らせがなければ、異常なしですので、健康診断が全て終わった7月頃にお渡しする、“健康手帳”でご確認ください。

“受診のおすすめ”については、結果票を提出することになっていますが、義務ではありませんので、おうちのかたの判断でかまいません。

感染症について

欠席ではなく出席停止になるものがありますので、参考にしてください。不明な点がありましたらお声かけください。(治癒証明書などは必要ありません。)

学校において予防すべき感染症		2019年4月
	病名	出席停止の期間の基準
第一種	感染症法の一類、結核を除く二類感染症(病名省略)*鳥インフルエンザ(病原体がインフルエンザウイルスA属インフルエンザAウイルスであってその血清型がH5N1であるものに限る)	治癒するまで
第二種	インフルエンザ(鳥インフルエンザ(H5N1)を除く)	発症した後5日を経過し、かつ、解熱した後2日(幼児にあっては3日)を経過するまで
	百日咳	特有の咳が消失するまで又は5日間の適正な抗菌性物質製剤による治療が終了するまで
	麻疹	解熱した後3日を経過するまで
	流行性耳下腺炎	耳下腺、顎下腺又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
	風しん	発しんが消失するまで
	水痘	すべての発しんが痂皮化するまで
第三種	咽頭結膜熱	主要症状が消退した後2日を経過するまで
	結核	病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とき
	髄膜炎菌性髄膜炎	病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ときは、この限りではない
	コレラ 細菌性赤痢 腸管出血性大腸菌感染症 腸チフス パラチフス 流行性角結膜炎 急性出血性結膜炎 その他の感染症	病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とき
第三種	その他の感染症	通常見られないような重大な流行が起こった場合に、その感染拡大を防ぐために、必要があるときに限り、学校医の意見を聞き、校長が第三種の感染症として緊急に措置をとることができる(文部科学省)
(1) 出席停止措置をとる感染症(藤沢市立学校共通基準)		
	病名	出席停止の期間の基準
	感染性胃腸炎(ノロウイルス・ロタウイルス・アデノウイルス感染症等)	下痢・嘔吐症状が軽減した後、全身状態がよければ登校可能だが、手洗いを励行する
	マイコプラズマ感染症	症状が改善し、全身状態のよい者は登校可能
	A型肝炎	肝機能が正常になったものは登校可能
	ヘルパンギーナ	全身状態が安定している場合は登校可能であるが、長期間、便からウイルスが排出されるので、手洗いを励行する
	溶連菌感染症	抗菌薬内服後24時間を経過し、かつ解熱するまで(適切な抗菌薬療法開始後24時間以内に感染力は失せる。手洗い・うがいの励行が大切)
(2) 通常は出席停止の措置をとらない感染症(藤沢市立学校共通基準)		
	病名	注意事項
	手足口病	至全身状態が安定している場合は登校可能。流行の阻止を担うための登校停止は有効性が低い。手洗いの励行が重要。まれに脳症を伴った重症例があるので注意
	伝染性紅斑 アタマジラミ	発疹のみで全身状態のよい者は登校可能 適切な駆除を行うように指導する
	水イボ(伝染性軟属腫)	登校に制限はない。プール等で直接肌に接触しないよう露出部の水いぼを覆うなどの対応。タオル・ビート板・浮き輪などの共用をしない
	とびひ(伝染性膿痂疹)	登校に制限はないが、炎症症状の強い場合や化膿した部位が広範な場合は傷に直接触らないよう指導する
	帯状疱疹	飛沫感染しないが接触感染をするので患部の被覆は必要
【参考】出席停止期間の算定の考え方		
「〇〇した後△日を経過するまで」とした場合、「〇〇」という現象が見られた日の翌日を第1日として算定する。		
ただし、第二種の各出席停止期間は基準であり、病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られる場合についてはこの限りではない。		
2016年4月改訂		
		藤沢市医師会学校医部会 藤沢市教育委員会