



湘洋中学校
2024. 1. 9
保健室

明けましておめでとうございます！

新しい年がスタートしました。冬休みは楽しく過ごせましたか？
生活リズムがまだ冬休みモードの人は、今日から早めに寝て、学校モードの生活へ切り替えていきましょう！

体調が悪かったり、悩みがあったりした時は保健室に来てください。保健室では、みなさんが楽しく学校生活を送るためのお手伝いをしたいと考えています。
2024年もよろしくお願いたします！！



インフルエンザや感染性胃腸炎に注意！



●インフルエンザ

<主な症状> 潜伏期間は2~3日と短く、急な悪寒から突然の発熱(38℃~39℃)で発症します。倦怠感があり、筋肉痛・関節痛等が起こります。発熱後、数日で咳や鼻水がひどくなります。また、腹痛・嘔吐・下痢などの症状がでる場合もあり、普通の風邪よりも症状が重くなります。(まれに、発熱がなくても反応がでる場合もありますので注意が必要です。)

<感染経路> 飛沫感染・接触感染

☆出席停止期間☆

発症した後5日を経過し、かつ、解熱した後2日を経過するまで出席停止となります。



●感染性胃腸炎

<主な症状> 1~3日の潜伏期間を経て、まず嘔吐から始まり、水のような下痢と嘔吐が3~8日続きます。39℃以上の発熱、腹痛などもよく見られます。ロタウイルス感染症の便では、米のとぎ汁のような白色便が出ることもあります。下痢や嘔吐、発熱の症状があることから、特に脱水にならないように注意が必要です。

<感染経路> 接触感染・経口感染

☆出席停止期間☆

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。(嘔吐・下痢などの症状が良くなり、食事が食べられるようになれば登校は可能ですが、主治医の指示に従ってください。)

..... 保護者の皆様へ

【日本スポーツ振興センターの申請について】

学校のケガにおいて、病院を受診した場合は、スポーツ振興センターの書類をお渡ししますので、学校まで報告をしてください。また、申請の手続きを最後まで終わらせているか、確認をお願いいたします。この制度には時効があります。特に、3年生は進学先でも引き継ぐことができますが、3月分までは中学校で申請することになっていますので、卒業前に必ず確認をお願いいたします。