

ほけんだより 12月

南牧小学校 保健室

No. 1 2

H30.12.5

がつ ほけんもくひょう てあら
12月の保健目標：手洗いうがいをしよう



なんもくしょうまえ かがや じ き ことし いちだん ごうか
南牧小 前のイルミネーションが輝く時期となりました。(今年は一段と豪華！)
さいきん ひ さむ ひ ま かんたんさ たいちよう くす
最近ではあたたかな日と寒い日が混じっていて寒暖差のため体調を崩しやすくなっ
てます。また1年のうちでも日が短く、何かと気ぜわしい時期です。楽しみなこと
もたくさんありそうなか、体調を崩さない
げんき がっき
ように元気に2学期をしめくくりましょう。

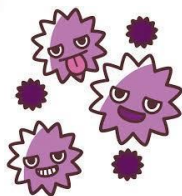
12月の保健関係行事

- 4日 (火) SC 勤務→来月は15日
- 11日 (火) いのちを育む講座
- 13日 (木) なかよし給食
- 19日 (水) 給食もりきりデイ
- 21日 (金) 終業式

インフルエンザにご用心！



12/4上毛新聞の記事だよ。
みんな気をつけようね！



当たり○10人で、まだ流
行していないとみられる。
今後の流行に備え、帰宅時
の手洗いとうがいの徹底、
予防接種などの対策を呼び
掛けている。

インフルで学級閉鎖
前橋岩神小 今季県内初
インフルエンザのため前
橋岩神小(前橋市岩神町)
の4年生1クラスが4、5
日の4日間、学級閉鎖にな
ると、同市が3日発表した。
インフルエンザによる県内
学校の臨時休業は今シー
ズ初。
このクラスに在籍する児
童21人のうち、3日は6人
が欠席した。1人がインフ
ルエンザと診断され、5人
は発熱などの症状が出てい
るという。
市や県によると、県内の
医療機関から報告された11
月19～25日のインフルエン
ザの患者数は、1医療機関

オレたち インフルエンザウイルス！こんなことがだい好き！

- ・低い温度 (冬)
- ・乾いた空気 (乾燥)
- ・うがい・手洗いをしない
- ・運動ぎらいで、体力がない
- ・せきのときマスクをしない
- ・朝ごはんをあまり食べていない
- ・ぐっすり眠ってない

→ということは・・・



～マメな手洗いとせきエチケットで「かからない」、「うつさない」～…群馬県 HP より

インフルエンザはかかった場合は出席停止になります。医師の診断のもと、感染拡大防止のため必要な期間はしっかりと静養する必要があります。「治療証明書」は本校のホームページからもダウンロードできます。インフルエンザにかかった場合や疑いのある場合は、受診するとともに学校に連絡をお願いします。



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”です。

経過の例

例	発症日	発症後5日間（出席停止期間）					発症後5日を経過		
	0日目	1日目	2日目	3日目	4日目	5日目	6日目	7日目	8日目
発症後1日目に解熱した場合		解熱	1日目	2日目			登校 OK		
発症後2日目に解熱した場合			解熱	1日目	2日目		登校 OK		
発症後3日目に解熱した場合				解熱	1日目	2日目	登校 OK		
発症後4日目に解熱した場合					解熱	1日目	2日目	登校 OK	
発症後5日目に解熱した場合						解熱	1日目	2日目	登校 OK

発症日は数えません。熱が下がった日によって、登校できる日がちがってきます。診断と登校の判断は同一の医療機関が望ましいです。



おねがい



せきの症状のある場合は、マスクを着用させてください。特にスクールバス内は、ウイルス等が蔓延しやすい状態となっていますので、ご協力をお願いします。

