

ほけんだより12月

令和5年11月30日
東京都立矢口特別支援学校長
濱野 建児

12月の保健目標 けがに気をつけよう

もうすぐ今年も終わろうとしています。みなさんにとってはどんな1年だったでしょうか。待ちに待った冬休みはもうすぐですが、11月中旬から急激に冷えこみ、体調を崩す児童・生徒が増えています。先月から流行しているインフルエンザの本格的な流行期はこれからです。新型コロナウイルスはもちろん、ノロウイルスによる感染性胃腸炎などほかにも気をつけたい感染症があります。手洗いでしっかり予防し、楽しい冬休みを迎えましょう。

新型コロナウイルスと インフルエンザの出席停止期間について

発症日を入れてね。 元気回復

登校再開日早見表

	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
	にち日	にち日	にち日	にち日	にち日	にち日	にち日	にち日	にち日
新型コロナウイルス	★	症状軽快					登校再開		
	★		症状軽快				登校再開		
	★			症状軽快			登校再開		
	★				症状軽快		登校再開		
	★					症状軽快		登校再開	
コロナもインフルもここは同じ 基本「発症日を0日目として5日を経過するまで」							コロナは「かつ症状が軽快した後1日を経過するまで」 インフルは「かつ解熱後2日を経過するまで」		
インフル	★	解熱					登校再開		
	★		解熱				登校再開		
	★			解熱			登校再開		
	★				解熱			登校再開	
	★					解熱			登校再開

かんせんせい い ちようえん ちゆうい 感染性胃腸炎に注意しましょう！

11～12月から発生し、1～2月をピークに流行します。

とくにノロウイルスによる感染性胃腸炎は、感染力が非常に強いです。

おも しょうじょう 主な症状

は け おうと げり ふくつう はつねつ びねつていど
吐き気・嘔吐・下痢・腹痛・発熱(微熱程度)

ウイルスが体内に入って、症状が出るまでの時間：1～2日ほど

症状は1～3日ほどで回復します。

おだいじに…。



よぼうほう 予防法は？

ノロウイルスには予防のためのワクチンもありません。

最も重要で、効果的な予防方法は「流水・石けんによる手洗い」です。

- ① 流水・手洗いをしっかりしましょう！(特に、トイレ使用後と食事の前の手洗い)
- ② 貝類はなるべく加熱して食べるようにしましょう！

かんせんせい い ちようえん もし感染性胃腸炎になったら・・・

ノロウイルス自体に効果のある薬はありません。下痢や嘔吐で『脱水』になりやすい状態ですので、できる限り水分の補給をすることが一番大切です。

回復後も、1週間ぐらいはウイルスが排出されるため、「流水・手洗い」をしっかりとしましょう！

また、感染性胃腸炎は学校感染症の1つとして定められています。

「医師の診断により、感染の恐れがないと認められるまで」、出席停止の扱いとなります。受診の際には、感染性胃腸炎か、いつから登校してよいか確認し、学校へ御連絡ください。



がっつ ほけんぎようじ 12月の保健行事

1日 (金)	体重測定	中学部	全員
4日 (月)	体重測定	小学部	4・5・6年生
6日 (水)	体重測定	小学部	1・2・3年生
〃	健康相談	該当者	
20日 (水)	学校保健委員会		
21日 (木)	歯科保健指導	中学部	3年生

