

お子様の健康管理についてのお願い

練馬区立関町北小学校

3学期が始まりましたが、例年よりも寒い日が続いており、インフルエンザ等への予防をはじめ、お子様の健康面への配慮が必要となっております。

そこで、今後、学級閉鎖や学年閉鎖等の臨時の措置をとることもありますので、日ごろの健康管理と共に臨時措置期間中のお子様の過ごし方について以下にまとめましたので、ご家庭でもご確認いただき、お子様が元気に学校に登校できますよう、ご理解とご協力のほど、よろしくお願い申し上げます。

なお、全校児童の欠席状況や臨時休業の措置等については必要に応じて「すぐメール」でも逐一お伝えしてまいります。

1 インフルエンザ様症状とは・・・

インフルエンザ様症状とは、「37度以上の急な発熱、かつ、咳・喉の痛み・鼻水等の中で一つでも当てはまる場合」を言います。

2 お子様が発熱と診断されたら・・・

インフルエンザであると診断を受けた児童は、原則として、解熱したあと2日を経過するまで、かつ、発症後5日を経過して、主治医の登校許可が得られるまで出席停止となります。登校届をお渡ししますので、医師の登校許可が出ましたら、保護者が記入し、登校する日にお子様を持たせ、担任または養護教諭までご提出ください。〔登校届は、学校のホームページからもダウンロードすることができます。〕

なお、ノロウイルス等は、発症後7日間はウイルスが体内から外へ出る可能性があるということですので、登校時には、感染防止・拡大予防のために、発症後7日間は必ずマスクを着用するようにしてください。

3 お子様の健康管理で気を付けていただきたいことは・・・

気温の変化に対応できる服装を整える。

人ごみを避け、外出を控える。

臨時休業になったら、日中はもとより、近所の公園、児童館、習い事等、放課後以降の行動については、感染拡大の防止という臨時休業の趣旨をご理解のうえ、健康観察に基づき、体調が悪ければ外出を控える、やむをえず外出する時にはマスクをつける等、児童の行動については十分ご配慮ください。

睡眠時間をしっかりとり、体を休める。

夜は早く就寝し、疲れた体をゆっくり休ませ、睡眠時間を十分とることが大切です。

栄養のバランスのよい食事をしっかりと摂る。

こまめに手洗い〔石けんを使い手首まで〕を行い、清潔なタオルやハンカチで拭く。また、一日に何回もうがいをする。

学校をはじめ、多くの人が集まる場所では、咳エチケットとして、咳が出る、喉が痛い等の場合には、マスクを着用する。マスクは1日ごとの使い捨てにするのが望ましい。

体調がよくなっても、1～2日は様子をしっかりと見る。無理に登校させることはしない。

急な発熱を含め、少しでも体調が悪いと感じたら、医師がその発熱の原因がウイルスなのか、他の病気なのかを確かめるため、市販の薬での対応は避け、できれば氷枕や氷嚢などで体を冷やし、また、水分補給等をしっかりとしたうえで、すぐに医師の診察を受ける。急を要すると判断される場合は、救急搬送を依頼することをためらわない。

今体調がよくても、今後体調が悪くならないように、規則正しい生活を継続する。

体温はお子様によって個人差がありますが、医学的には「37.0度以下を平熱、37.1度～37.4度までを微熱、37.5度以上を中程度の発熱、38.5度からを高熱」とする説があるそうです。もし、お子様の登校前の体温が37.1度以上になっていれば、無理に登校させるよりも、早めに医療機関で診察していただくのが、お子様の健康の維持には大切です。なお、発熱に限らず、咳が激しい、頭痛がする等のインフルエンザ様症状の場合も早めに受診していただくよう、お願いいたします。

4 インフルエンザ様症状が顕著な場合の学校の対応

感染拡大の防止に向けて以下の対応をとりますので、ご理解とご協力をお願いいたします。

- ・感染拡大防止のためのマスクの着用

- ・清潔なハンカチ、ティッシュペーパーの携行

なお、給食当番は配膳時にマスクを着用しますので、給食当番時にはマスクを持たせてください。

- ・加湿器の設置・・・教室内の湿度を確保します。

- ・中休み等の換気の徹底

- ・給食時のグループでの食事の回避・・・黒板の方向を見て食事する場合があります。

- ・アルコール消毒剤の配付・・・手洗いの励行だけでなく、アルコールによる消毒もすすめます。

- ・教育活動の変更・・・予定されている行事や活動については、児童の欠席状況によって、やむをえず延期や中止になることがあります。ご了承ください。

5 ご家庭へのお願い

今後、ご家庭に連絡して、お子様を迎えに来ていただくケースが増えることが考えられます。お子様が早退する必要があるときに、保護者の方の緊急連絡先につながらないと、お子様の体調がますます悪くなるおそれも生じます。もし、事前にお伝えいただいている連絡先が変更になっている場合には、至急、担任までご連絡ください。

学校に欠席・遅刻等のご連絡をなさる場合には、児童の健康管理の必要上、症状についてはできるだけ詳しく〔体温・鼻汁・鼻づまり・咽頭痛・咳・嘔吐（時期・回数を含め）・便通・食欲・インフルエンザや感染性胃腸炎等の診断結果等〕連絡帳でお知らせください。

- 平成30年1月11日掲載 -

お問い合わせ・ご相談は、各担任または養護教諭：中出までお願いいたします。☎3920 - 1027