

保健だより

平成26年11月25日 ~11月号~

練馬区立北町中学校 保健室



今月に入り、発熱による欠席や保健室に来室する人が増えています。気温が急激に下がり、体への負担が大きい時期です。早寝早起きで病気にかからない健康な体を目指しましょう！また、咳など風邪の症状がある人はマスクを着用し、他の人にうつさないようにしましょう。咳エチケットもマナーの一つです。

！インフルエンザのシーズンがやってきました！

インフルエンザと診断された場合、余病の併発と他人への感染予防のため、学校保健安全法の規定により、出席停止となります。(発症後5日、かつ解熱後2日を経過するまで)、ただし、病状により医師が感染の恐れがないと認めるときはこの限りではありません。

※出席停止の場合、欠席にはなりません。

		発症後、最低5日間は登校不可					6日目	7日目
発症当日		1日目	2日目	3日目	4日目	5日目		
〈例1〉 発症2日目に解熱	発熱	発熱	解熱	解熱後1日目	解熱後2日目	発症後5日以内登校不可	登校可能	
〈例2〉 発症4日目に解熱	発熱	発熱	発熱	発熱	解熱	解熱後1日目	解熱後2日目	

😊 インフルエンザを防ぐには？

からだの調子^{ちやうし}がくずれると、ウイルスはからだの中に入りこみやすくなります。次のこと^{こと}を守って、毎日^{まいにち}元気に^{げんきに}すごして^{すご}予防^{よぼう}しましょう。

うがい

よくねる

手あらい

人がたくさんいるところへ行かない
(ウイルスがいるかも...!?)

さらに！！

マスク…予防にマスクは欠かせません。気になる場合は着用して登校しましょう。

※保健室からはマスクの提供を行っていません。きちんと自己管理し、家庭から持ってくるようにしましょう。

予防接種…近隣の病院情報などをしっかり確認し、必要であれば予防接種を受けるようにしましょう。

○体調管理

- ・体調がおかしいと感じたら、無理せず休養する。(熱も測いましょう)。
- ・無理な登校は控える。



○事後

登校届け…医師から登校許可の診断が出された際には、登校届け(学校 HP からプリントアウトも可能です)を提出するようお願いいたします。

○その他

薬について…日頃、学校で体調不良になった際に「先生、何か飲み薬をください」と保健室に来る生徒がいます。学校は医療現場ではありませんので飲み薬の提供は行うことができません。マスク同様、薬も家庭から持参するようにしてください。

☆秋の歯科検診の結果について☆

	春の検診 虫歯保有率	春の検診 治療率	秋の検診 虫歯保有率
1年生	20.3%	39.1%	19.4%
2年生	19.8%	40.9%	23.2%
3年生	24.3%	6.8%	27.7%
全校	21.5%	27.0%	23.6%

