

保健だより

令和4年度 12月号
練馬区立田柄第二小学校
校長 岩井 一雄
養護教諭 山本 実央

こんげつ けんこうもくひょう
今月の健康目標

そと げんき あそぶ
外で元気に遊ぼう



いよいよ、厳しい寒さの季節がやってきました。空気が乾燥して、かぜやインフルエンザ、コロナウイルスの本格的な流行シーズンになります。また、皮膚のトラブルも増えてくる時期です。自然乾燥は手荒れの原因にもなります。手洗いの後は、ハンカチやタオルでしっかりとふきましょう。

11月の保健室利用について

11月は、天気がよく、休み時間に校庭で元気よく遊んだり、体育の授業中などでの、すり傷・打撲が多かったです。また、体調不良では、保健室で休養して、軽快すると元気に教室に戻っていく姿もみられました。一方で、吐き気・嘔吐による胃腸炎症状でお迎えをお願いするケースも多く、早退は全部で11件でした。

11月	けが	262人
	体調不良	102人

学校感染症の発生状況

下記は、10月・11月に本校で学校感染症にかかり、学校を欠席した人の人数です。

本校では11月に水痘（水ぼうそう）の流行があり、1クラスで学級閉鎖を行いました。現在も、数名罹患しています。区内の学校では、新型コロナウイルスによる学級閉鎖なども出ています。今後も流行しないように、学校でも感染予防に努めてまいります。ご家庭でも体調管理のご協力をお願いいたします。

10月	新型コロナウイルス（陽性・濃厚接触）	12名
11月	新型コロナウイルス（陽性・濃厚接触）	20名
	水痘（水ぼうそう）	26名



1月の保健行事

- ◆1月11日（水） 身体計測 1年生
- ◆1月12日（木） 身体計測 2年生
- ◆1月13日（金） 身体計測 3年生
- ◆1月16日（月） 身体計測 4年生
- ◆1月17日（火） 身体計測 5年生
- ◆1月18日（水） 身体計測 6年生

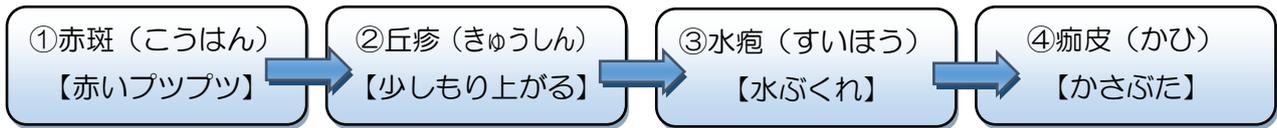


今年度、最後の計測です。
冬のあいだも、外で元気に
運動して、食べ過ぎには
注意しましょう！

冬に流行る感染症に気をつけましょう

◆^{すいとう}水痘（水ぼうそう）ってなに？

特徴：かゆみが強い水疱（水ぶくれ）ができます。潜伏期間は平均 14～16 日です。1 日くらい微熱があった後、発疹は赤い小さな発疹から始まります。症状が重くなると、高い熱も 2～5 日間続きます。発疹は 4 つの流れで治っていきます。



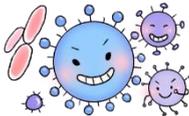
原因：水痘（すいとう）・帯状疱疹（たいじょうほうしん）ウイルスの感染による病気です。

空気感染・飛沫感染・接触感染があり、鼻や喉の分びつ物や、水疱（すいほう）がつぶれて飛んだしぶきの中にあるウイルスを吸い込んだりして人にうつります。肌がふれあたり、直接手につくことでも感染が広がります。

●水ぶくれをつぶさないようにしよう

かゆみが強いめかかないように注意しましょう。かゆみを我慢できないこともあるので、つめを丸く切り清潔にしておきましょう。

感染力が強く、発疹がすべてかさぶたになるまでは感染力があるため、かさぶたになるまでは休養することが大切です。すべての発疹がかさぶたになるまでは出席停止となります。登校する際は、登校届を提出しましょう。



水ぼうそうは、終生免疫（一度の感染で生がい、その感染症にはかからない）を得ることが多いです。

1歳～3歳までの間に2回ワクチンを打っている人は、重症化を防ぐことができます。

◆インフルエンザの出席停止期間 [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]

例えば、発症後2日目に解熱した場合



例えば、発症後4日目に解熱した場合

