

ほけんだより



はしどしよ ぼけんしつ
橋戸小 保健室

平成29年1月25日

かた
*おうちの方と
よ
いっしょに読みましょう

インフルエンザが流行しています。予防の基本は「手洗い、うがい」ですが、人にうつさないためにマスクをすることも大切です。寒さが厳しい日でも橋戸小の子供たちは元気に外で遊んでいます。寒さに負けない強い体で、冬を乗り越えましょう！

☆ 身体計測が終わりました

今年度最後の計測が終わりました。結果のお知らせには、1学期からの結果ものっていますので、どのくらい成長したか、おうちの人と確認してください。

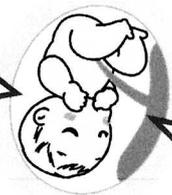
5年生の身体計測のときに、「赤ちゃんの命綱」というテーマで「へその緒」について話したので、紹介します。ぜひおうちの人と一緒に読んでみてください。

おなかの赤ちゃんは、お母さんのおなかにある「子宮」というお部屋で育ちます。

お部屋には空気がありませんが、「羊水」というお水があり、赤ちゃんはその中でプカプカ浮いているのです。お部屋には「胎盤」というものがあり、そこにお母さんの栄養が集められます。



羊水は・・・
・温かい
・成分のほとんどは、赤ちゃんのおしっこ。
・ばい菌が入らないように守っているので清潔。



これが胎盤。
お母さんからの栄養を集めたり、赤ちゃんの体からいらぬものを受け取っている。

お部屋に空気がないのに、おなかの赤ちゃんはどうやって、栄養をとったり、呼吸をしたりしているのでしょうか？

そこで、へその緒が大活躍！

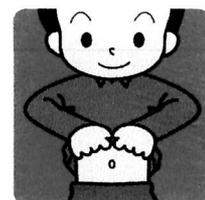


胎盤で、お母さんから受け取った栄養や酸素は、へその緒を通して、赤ちゃんに送られる！

食事や呼吸はできないけど、お母さんから栄養や酸素をもらって、食事や呼吸の代わりにできている。

へその緒があるから、おなかの中で生きてこられた！

おへそは、お母さんにつながっていた証拠。「命の証」です。おへそを見ると、なんだか優しい気持ちになりそうですね。



《保護者の方へ》



☆インフルエンザ情報

3学期が始まってからインフルエンザ A 型が流行し始めています。急激に感染が拡大し、先週5年生は学年閉鎖をしました。練馬区内の小中学校でも16日から学級閉鎖をしている学校が増えています。今後も流行が続くことが予想されますので、習い事の場所等の流行状況にも注意してください。また、混雑した場所に行くことはなるべく避けましょう。

症状としては「急な高熱」が一般的ですが、人によって症状や経過は様々です。熱があっても、倦怠感があまりない場合や、微熱が続いている場合でインフルエンザ検査を受けることをおすすめします。

また、予防接種をしても発症する人もいます。予防接種は、感染を完全に防ぐものではなく、感染しても、軽い症状で済んだり、合併症を防いだりする効果があります。

検査の結果、陰性でも医師よりインフルエンザの疑いがあると言われた場合も、出席停止になりますので、その場合は速やかに学校までお知らせください。

《お願い》 診断を受けて、学校に連絡していただく際に、「A型かB型」どちらなのかもお知らせください。流行状況の参考にさせていただきます。

《出席停止期間について》 ご注意ください！

「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。」となっていますが、発症した日は「0日目」となっていることをご理解ください。



出席停止期間 ケース	発症 0日目	発症 1日目	発症 2日目	発症 3日目	発症 4日目	発症 5日目	発症 6日目	発症 7日目
発症2日目に解熱しても、登校可能は6日目。	発熱 	熱 	解熱 	解熱後 1日	解熱後 2日	解熱後 3日	登校可能 ◎	
発症4日目に解熱した場合、7日目に登校可能	発熱 	熱 	熱 	熱 	解熱 	解熱後 1日	解熱後 2日	登校可能 ◎

《お願い》



体調不良を訴える児童には、インフルエンザの可能性も考え、マスクを着用させています。また、流行している学級では全員にマスクをさせることがあります。常にランドセルにマスクを入れておいてください。ご協力をお願いします。

～ この感染症にも注意～

流行性耳下腺炎（おたふくかぜ）

インフルエンザの流行と同時に、流行性耳下腺炎にかかった人もいました。予防接種をしても、かかってしまうケースがあります。以下を参考にしてください。

潜伏期間：1～2週間 ※症状がでる7日前からウイルスを排出している。

主な症状：37～38℃の発熱（熱が出ない人もいる）、耳の下、顎のうしろの唾液腺が腫れる。まず片側が腫れて、その後反対側も腫れ、痛みを伴う。

出席停止期間：学校感染症第2種のため、出席停止となる。『耳、顎または舌の下が腫れ出した後5日を経過し、かつ、全身状態が良好になるまで』が出席停止期間である。

