

ほけんだより 12月

令和7年12月5日
福岡小学校保健室 No.8
※ お子さんと一緒に読んでください。

気温もぐっと下がり、空気が乾燥するようになってきました。千葉県では、11月19日にインフルエンザ警報が発令され、東金市内でもインフルエンザが流行しています。福岡小では、発熱や咳、頭痛などのインフルエンザ様症状に加え、嘔吐や腹痛などの胃腸炎症状で欠席する子どもたちも増えてきました。引き続き、ご家庭での健康管理や感染症対策にご協力をお願いします。

12月の保健行事



期 日	内 容	対 象
12月9日(火)	やくづつらんようぼうしきょうしつ 薬物乱用防止教室	6年

出席停止について

学校保健安全法19条により、インフルエンザや感染性胃腸炎など、学校において予防すべき感染症に罹患した場合「出席停止」となりますので、学校までお知らせください。出席停止期間が終了し、登校する際には「療養報告書」の提出が必要となります。

療養報告書

東金市立 福岡 小学校長様

年 組 児童生徒氏名 _____
保護者氏名 _____

下記のとおり、出席停止期間が終了しましたので報告いたします。
記

1 受診した医療機関 _____

2 医師により出席停止が必要とされた期間 _____月 _____日 ~ _____月 _____日

3 疾患名 _____

該当疾患(○)	疾患名	出席停止期間または期間、注意事項
	インフルエンザ(A・B)	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(※)
	新型コロナウイルス感染症	発症した後5日を経過し、かつ、症状が軽快した後1日を経過するまで(※)
	百日咳	特有の咳が消失するまでまたは5日間の適正な抗菌薬投与期間による治療が終了するまで
	麻疹(はしか)	解熱後3日を経過するまで(※)
	流行性耳下腺炎(おたふくかぜ)	耳下腺、顎下腺又は舌下腺の腫脹が発現した後5日を経過し(※)、かつ、全身状態が良好になるまで
	風しん(はしか)	発疹が消失するまで
	水痘(みずぼうそう)	すべての発疹が痂皮化するまで
	咽頭結核熱	主要症状が消失した後2日経過するまで(※)
その他の感染症	細菌性髄膜炎	医師において感染のおそれがないと認めるまで(発熱、意識等の諸症状が回復するまで)
	感染性胃腸炎(ウイルス性胃腸炎)	医師において感染のおそれがないと認めるまで(嘔吐・下痢症状が軽快し、全身状態が回復するまで)
	流行性角膜炎	医師において感染のおそれがないと認めるまで
	手足口病	医師において感染のおそれがないと認めるまで(全身状態の安定したものは登校可能)
	マイコプラズマ感染症	医師において感染のおそれがないと認めるまで(解熱し、咳が軽快するまで)
	伝染性紅斑(りんご病)	医師において感染のおそれがないと認めるまで(発熱期には感染力がないため、全身状態のよいものは登校可能)
	ヘルパンギーナ	医師において感染のおそれがないと認めるまで(全身状態の安定したものは登校可能)
	その他の感染症(アデノウイルス・腸管出血性大腸菌感染症・伝染性単核症・帯状疱疹)	

(※)「発症・発現・解熱・消失した後○日を経過」→発症などした当日は0日とし、翌日から1日目と数えること。
保護者の方が責任を持ってご記入ください。届出期間で記入していたく必要ありませんが、出席停止期間・登校可能日については受診の際に医師にご確認くださる。

★「療養報告書」は、保護者の方が記入をして学校へ提出してください。出席停止期間・登校可能日については、受診の際に医師にご確認ください。

★新型コロナウイルス感染症とインフルエンザの出席停止期間目安表を福岡小ホームページに掲載していますので参考にしてください。

★「療養報告書」は、東金市教育委員会学校教育課または福岡小のホームページからダウンロードすることができます。ご自宅で印刷してご使用ください。ご自宅での印刷が難しい場合は学校までご連絡ください。福岡小 Tel.0475-52-5361

※11月28日配信のさくら連絡網もご確認ください。

12月の保健目標 『寒さに負けない丈夫なからだをつくろう』

規則正しい生活習慣を身に付け、寒さに負けず元気に過ごせるようにしましょう！

- ◎ 石けんをつけたていねいな手洗い
- ◎ うがい〔ぶくぶく・ガラガラ〕
- ◎ 十分な睡眠
- ◎ 毎日3食、バランスのよい食事
- ◎ 適度な運動
- ◎ 予防接種

- ★ ハンカチ・ティッシュを毎日持ってきましょう。
- ★ マスクの予備をランドセルに入れておきましょう。
- ★ 全国的にインフルエンザが流行しています。今後も流行が心配されますので、早めに予防接種を受けることをおすすめします。(感染予防・重症化予防)

インフルエンザ予防接種について

インフルエンザの発症を40～60%予防することができます。

インフルエンザ脳症などの重症化や死亡を予防する効果があります。



予防接種を受けてからインフルエンザに対する抵抗力がつくまでに2週間程度かかります。早めの接種をおすすめします。

近年では、従来の注射で接種する「不活化ワクチン」に加え、鼻から噴霧する「経鼻弱毒生ワクチン」(2歳から19歳未満に限る)も登場しています。

※ワクチンの詳細については、かかりつけ医にご確認ください。

お知らせ

むし歯や歯肉炎などの早期治療をおすすめしています！

1学期の歯科検診で検査や治療が必要なお子さんのうち、11月末までに治療が済んでいないお子さんへ、冬休み前に、再度、「歯科健康診断結果のお知らせ」を配付する予定です。むし歯や要注意乳歯などの治療は、完了するまでに時間がかかりますので、早めに受診していただき、**受診報告書**を学級担任へご提出ください。

