

ほけんだより



11月号
千葉大学教育学部
附属特別支援学校

ようやく秋らしく爽やかな気候になってきました。学校では今年のはッピーわっしょいふよう祭！の準備の真ただ中ですね。しかし、全国的にはインフルエンザの流行が続いています。インフルエンザは夏休み明けから出ていましたが、近隣でも流行が広がっています。本校でも感染者が増えつつある状況です。登校前の健康観察を引き続きお願いいたします。月末には寒さも厳しくなりますので持久走の練習などを通じて寒さに負けない体を作っていきましょう！



11 がつの
ほけんもくひょう

さむさにまけない
からだをつくろう！



感染症に負けないためにはこんなことを…

手をあらう



まどを開ける



うがいをする



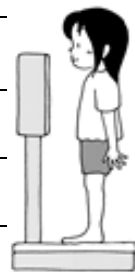
よぼうせっしゅ
予防接種をする



11月8日は、11（いい）8（は）の日です。むし歯や歯ぐきの病気（歯周病）は、毎日の正しくていねいな歯みがきで防ぐことができる病気です。コロナの流行時に給食後の歯みがきができなくなったため、そのまま歯ブラシを持ってきていない人もいます。また、給食後の歯みがきに取り組んでいきたいと思っておりますので、準備をよろしくをお願いいたします。

11月の保健行事

日時	対象	内容
15日（水）午前	高等部	体重測定
16日（木）午前	中学部	体重測定
17日（金）午前	小等部	発育測定
17日（金）14:00～	希望者	精神科学校医による健康相談
9日（木）・30日（木） 9:30～13:30	SC 滝村先生来校	SC（スクールカウンセラー）の先生に相談したい、話を聞いてもらいたい場合は、担任・養護教諭までお知らせください。保護者の方もご活用ください。
1日・8日・15日・29日（水）10:00～12:00	SSW 渡邊先生来校	お子さん・保護者の方の学校生活や家庭生活について一緒に考えてもらいたい時などご利用ください。担任や養護教諭までお知らせください。



現在全国的に流行している感染症として、インフルエンザの他に咽頭結膜熱（プール熱）をご紹介します。以前は夏に流行が多くありましたが、最近では季節も関係ないようです。

咽頭結膜熱（プール熱）に、ご注意を！

咽頭結膜熱とは、アデノウイルスによる感染症です。2～14日程度の潜伏期を経て発症し、39～40℃の発熱が3～7日続き、のどの痛みと目の充血・目やになどがみられます。他に頭痛・吐き気・腹痛・下痢を起こすこともあります。症状は3～5日でよくなりますが、治った後もウイルスが排出されますので、注意が必要です。

「おかしいな？」と思ったら、早めに医師の診察を受けてください。効果的な薬がないので、対症療法となります。ご家庭でゆっくり休ませることが大切です。

感染予防は…！

感染力が
強いです！

○ハンカチ・タオルの貸し借りはやめましょう。また、飲み物の回し飲みはやめましょう。

○石けんでのていねいな手洗い・こまめなうがいを心がけましょう。また、咳エチケットの励行にも心がけてください。

手には見えないばい菌がいっぱい！



こんなことにご注意を…！

○急な発熱・のどの痛みや目の充血などを訴えたときは、要注意です。**毎日の健康観察**をお願いします。

○発熱が続くときは、脱水に気をつけ、**水分**はこまめにとりましょう。特に高熱の間は、十分な注意が必要です。

○咽頭結膜熱（プール熱）は、感染する病気ですので、「主要症状が消退した後2日を経過するまで」**出席停止扱い**となります。

○回復後数週間～数ヶ月間は、排泄物の扱いに注意しましょう。

インフルエンザやコロナウィルスの証明書の取得について



○インフルエンザについては、「インフルエンザにおける療養報告書」をご家庭で記入していただく形になります。「インフルエンザにおける療養報告書」は入学説明会や前年度最終日に配付した「令和5年度保健関係書類」の封筒の中にあります。HPからダウンロードすることも可能です。

○新型コロナウイルス感染症につきましては、HPから「新型コロナウイルス感染症における療養報告書」をダウンロードしてご家庭で記入していただく形になります。連絡いただければ紙でのお渡しも可能です。