



ほけんだより

2025錦田小保健室



今年もあとわずかとなりました。これからますます寒くなると、様々な感染症が流行し始めます。錦田小でも、体調を崩してお休みをする子が増えています。引き続き、手洗い、うがい、換気、マスクの着用等、感染症対策を心がけていきましょう。

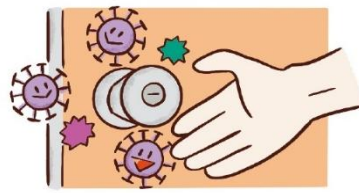
ウイルスはどこからくるの？

空気感染



窓を閉め切った部屋の空気中にはウイルスがたくさんあります。その空気を吸い込むと体にウイルスが入ってきます。

接触感染



ドアノブなどたくさんの人が使う場所についていることが多いです。そこをさわった手で口や鼻などをさわると体に入ってきます。

飛沫感染



感染した人がせきなどをしたとき、つばと一緒にウイルスが飛び散ります。それを他の人が吸い込むと体に入ってきます。

ウイルスを寄せ付けないためには、換気と手洗い・うがいが大切です。
ウイルスに負けるな！！

冬に気をつけたい子どもの感染症

ロタウイルス感染症

特徴

白っぽい下痢便が出る

症状

下痢、嘔吐、発熱など

注意点

排泄物や嘔吐物からも感染する。
脱水に要注意



RSウイルス感染症

特徴

呼吸器に感染。
小さいお子さんでは肺炎などの危険も

症状

風邪様症状。
ひどいせきや喘鳴などが出ることも

注意点

基礎疾患を持つお子さんは重症化しやすいので要注意



インフルエンザ

特徴

A型、B型などウイルスの種類で症状が異なる

症状

突然の高熱、悪寒や倦怠感などの全身症状、気道症状など

注意点

感染力が高い。
稀にインフルエンザ脳症を起こすことも



インフルエンザの出席停止手続きについて

しゅっせきていしきかん
出席停止期間



はっしょう 発症した後 5日 を経過し、

かつ げねつ 解熱後 2日 を経過するまで
(※熱が下がった後)



(例)

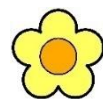
にちめ 0日目	1日目	2日目	3日目	4日目	5日目	6日目	7日目
 はっしょう 発症		 げねつ 解熱	①	②	→	 登校OK!	
 はっしょう 発症			 げねつ 解熱	①	②	→	 登校OK!
 はっしょう 発症				 げねつ 解熱	①	②	→ 登校OK!

～保護者の皆様へ～

- 医療機関でインフルエンザの診断を受けたら、保護者が学校へ連絡することで出席停止扱いとなります。
※医療機関から「インフルエンザ罹患証明書」を発行してもらう必要はありません。
- 出席停止期間中は、リーバーに毎日午前と午後の2回体温を入力するようお願いします。また、登校してもよい日は、上記の表のように、体温の経過をもとにご家庭で確認していただきますようお願いします。
※「登校許可書」を学校に提出する必要はありません。



きんむび
スクールカウンセラー勤務日



がっ きんむび
～12月の勤務日～

- ・ 3日(水)
- ・ 16日(火)

めんだんじかん
《面談時間》

- ① 10:20～11:10
- ② 11:20～12:10
- ③ 12:45～13:25 (こどものみ)
- ④ 13:35～14:25
- ⑤ 14:35～15:25

