

愛和小学校では11月に手足口病やインフルエンザ、新型コロナウイルス感染症にかかる児童がいました。市内の小学校でも、マイコプラズマ感染症も含めて伝染性疾患の流行がみられています。インフルエンザの流行で学級閉鎖を本校でも、他校でも行っています。これからの季節は、毎年インフルエンザや感染性胃腸炎も流行します。朝登校前に体調不良のときは、ご家庭で様子を見てよくなってから登校しましょう。

12月の保健目標 「かぜを防ごう！手洗い・うがいをしよう！」

ウイルスから体を守る 3つの技！

元気マンは、3つの技でウイルスと戦っているよ。みんなも一緒にやってみよう。

手洗いアタック



せっけんを使って手を洗えば効果抜群。こまめにウイルスを洗い流そう。

マスクガード



マスクをしていればウイルスが飛び散るのを防げるよ。吸い込むウイルスも減らせるよ。

換気ハリケーン



寒くても時々窓を開けてウイルスを追い出そう。気持ちもすっきりするよ。

体の中に病気の原因となるウイルスや細菌を入れないことが大切です！そして、口や鼻、目から、入ってきてしまったウイルスや細菌をやっつけてくれるのは、白血球やリンパ球です。白血球やリンパ球がたくさん作られて、元気に働けるように、しっかり食べて、たくさん寝るようにしましょう。

風邪かな？

と思ったら...

睡眠をとる

ゆっくり休むのが一番。休むことで、体にある回復力や病原菌と戦う力を高めることができます。



水分補給

脱水状態にならないように、意識的に水分をとりましょう。冷たいものより室温くらいのもものがオススメ。



栄養補給

細菌やウイルスと戦うために、食事をしましょう。おかゆや柔らかく煮たうどんなどがオススメです。のどが痛いときはゼリーなど食べやすいものを取りましょう。



学校生活で集団感染し拡大する恐れのある疾病で、欠席する場合は、「出席停止」となります。病気が治って登校する際には、それぞれ治癒した治癒届(保護者が記入)・登校許可書(医師が記入)が必要です。

インフルエンザ・新型コロナウイルス感染症

【インフルエンザの出席停止期間】※発症日の翌日を1日目と数えます。

「発症後、5日を経過し、かつ、解熱後2日を経過するまで」です。

【新型コロナウイルス感染症の出席停止期間】※発症日の翌日を1日目と数えます。

「発症後、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」です。



【インフルエンザ・新型コロナウイルス感染症 治癒届(保護者が記入)】

- ・医師から登校を許可されて登校する際に必要です。必ず、担任に提出してください。
- ・愛和小学校HPからダウンロードできます。用紙が必要な場合は、学校からお渡しするので、担任にお申し出ください。

その他の感染症について

【その他の伝染性疾患の出席停止期間】

基本的には、医師が登校を許可するまでです。

【登校許可書(医師が記入)】

多摩市立小中学校では、市内の指定の3枚複写の用紙があります。市内のかかりつけ医にこの用紙がないときは、学校からお渡しますので、医療機関で記入していただき、登校時を持ってきてください。

※「登校許可証」と一緒にお渡りする「登校許可証発行医療機関一覧」にない医療機関に受診した場合は、「登校許可証」は使用できませんので、「登校許可証」に代わるものを医療機関で発行していただくこととなります。発行手数料は自己負担となります。



登校許可証

学校長 殿

多摩市立 _____ 学校

児童・生徒名 _____

(年 組)

病名

- | | |
|---------------|------------|
| 1 百日咳 | 2 麻疹 |
| 3 流行性耳下腺炎 | 4 風疹 |
| 5 水痘 | 6 咽頭結膜熱 |
| 7 腸管出血性大腸菌感染症 | 8 流行性角結膜炎 |
| 9 急性出血性結膜炎 | 10 溶連菌感染症 |
| 11 伝染性紅斑 | 12 手足口病 |
| 13 A型肝炎 | 14 ヘルパンギーナ |
| 15 マイコプラズマ感染症 | 16 感染症胃腸炎 |
| 17 髄膜炎菌性髄膜炎 | |

※ 備考

初診年月日 令和 年 月 日

月 日より登校を許可します。

令和 年 月 日

住 所

医師名

印

※登校許可証、登校許可証(報告書)、登校許可証(控)は3枚重ねたままボールペンで記入願います。

(医療機関→保護者→学校保存)

※多摩市外の医療機関及び多摩市医師会会員以外での証明は自己負担となります。
※太線枠内は保護者の方が記入してください。

R100
古紙配合率100%再生紙を使用しています

アレルギー疾患状況把握のお願い

多摩市立学校では、アレルギー疾患により、学校生活において配慮・管理が必要な場合には、1年に1回医師の診断に基づく「学校生活管理指導表」の提出をお願いしています。令和7年度の提出希望について把握するため、後日配布する「アレルギー疾患状況把握調査回答書」の提出をお願いします。

提出日は、12月18日(水)です。提出は全員です。よろしく願います。