



令和5年9月11日
 横浜市立山田小学校
 校長 藤原 明美
 養護教諭 末吉 美穂

ほけんだより

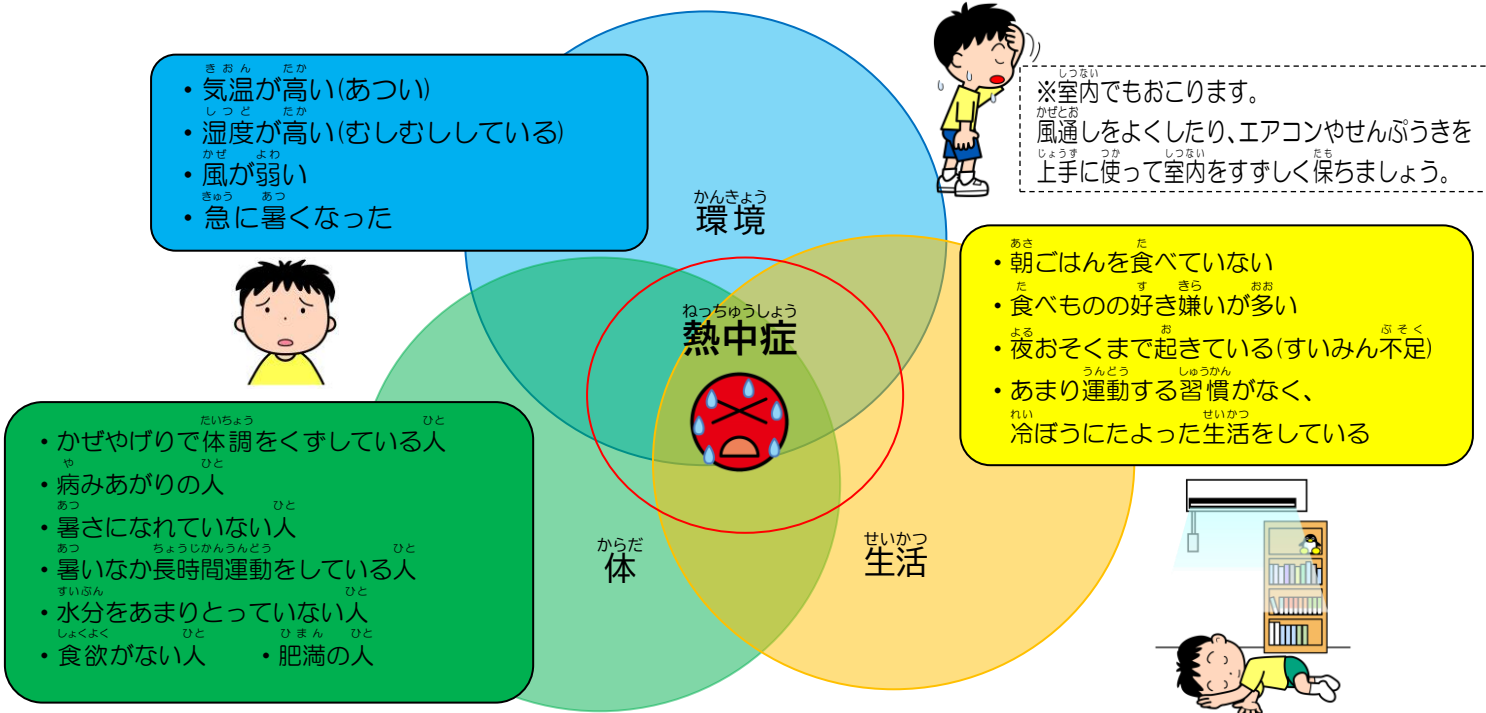


安全な遊びや運動をしよう

楽しかった夏休みも終わり、また学校生活がスタートしました！まだ夏休みの生活から抜け切れずに、なんだか体の調子がすぐれない人はいませんか？運動会に向けての練習も始まっています。「早寝・早起き・朝ごはん」の規則正しい生活に気をつけ、安全に、元気に過ごしましょう！

まだまだ 熱中症に注意が必要です

熱中症は気温などの環境条件だけではなく、その人の体の具合や暑さに対する慣れなどの生活の影響して起こります。9月に入っても、まだまだ暑い日が続くようです。熱中症にならないために、暑い日は無理をせず、生活リズムを整え、健康な体づくりをしましょう。



すぐにできる 予防法



睡眠をしっかりとり

朝ごはんを食べる



外で活動するときには…

無理をせず、涼しい場所で休む



帽子をかぶる



こまめな水分補給

熱中症の予防について

運動会に向けての活動が始まりました。数名ですが、暑さによる体調不良の児童も見受けられます。学校では、環境省が出している熱中症警戒アラートを参考にしながら健康面や体調面に留意して学習活動を進めております。ご家庭でも、お子さまの健康観察を含め、熱中症対策にご協力をお願いいたします。

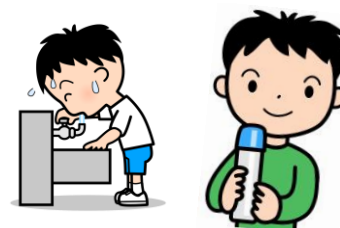
帽子の着用

登下校時は、帽子を着用させてください。首などを冷やす熱中症対策グッズも適宜ご使用ください。校内では外します。



水分補給

水筒をご持参ください。お子さんと相談して適量の準備をお願いします。学校の水道水は定期的に検査をし、安全に安心して飲めますので、水分補給に学校の水道水も選択肢に加えるようお子さんにお声掛けください。



ペットボトル持参の場合

◎中身はお茶かお水

(熱中症が心配される運動会までの期間は、スポーツドリンクも可としています)

◎自己管理 ◎名前がわかるように ◎飲みかけのもの×

◎未開封でも毎日持ち帰り



水筒の洗浄もしっかりお願いいたします

スポーツドリンクには塩分ミネラルの他に糖分も多く含まれている場合がありますので、お子さまの糖分の過剰摂取にはご注意ください。

基本的な生活習慣

熱中症には、睡眠や食事等の生活習慣が大きく影響します。日頃から睡眠や食事がしっかりとれるよう、ご家庭でもご協力をお願いいたします。



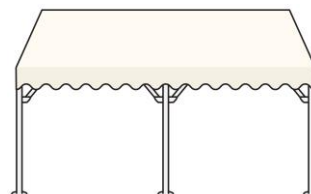
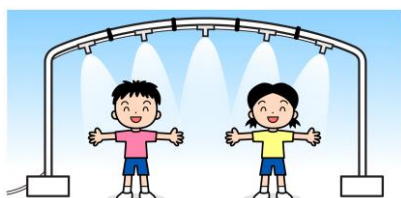
学校では…

校庭にテントとミスト設備を設置し、避暑エリアをつくっています。

スプリンクラーも適宜使用しています。

校庭や体育館には WBGT(暑さ指数)計測器を備え付け、活動前に必ず確認をしています。

状況によっては、屋外または体育館での活動を停止しています。



9月19日(火)歯科巡回指導があります。

横浜市学校保健会では、子どもたちの歯科衛生の向上のために歯科衛生士を派遣し、指導するという事業を行っています。歯科衛生士が、歯みがきの具合をA・B[○]・B・Cの4段階で判定します。

また、歯ぐきが腫れている人は「G」、歯石がついている人は「T」、色素がついている人は「S」のしるしで示し、結果を記入したカードを渡します。

また、普段使用している歯ブラシが適当であるかをチェックします。

歯科巡回指導の日は歯ブラシをお子さんに持たせてください。

詳しい内容等については、後日改めてお知らせいたします。



インフルエンザ・新型コロナウイルス感染症について

9月初旬から本校では新型コロナウイルス感染症の報告が数件、インフルエンザの報告が多数ありました。インフルエンザによる学級閉鎖のクラスが1クラスでした。9月11日現在、インフルエンザや新型コロナウイルスによる欠席と発熱やかぜ等による欠席も少しずつみられます。横浜市内の他区と比較しても、都筑区内では8月下旬頃からインフルエンザ・新型コロナウイルス感染症の感染がひろがっているようです。(横浜市 HP 横浜市医療局衛生研究所感染症・疫学情報課のページより)今後も流行が考えられます。インフルエンザ・新型コロナウイルス等感染症の予防には手洗いうがいを心がけ、規則正しく生活するなどの健康管理が大切です。また、「感染者が感染性のある期間(人にうつしてしまう可能性のある期間)に確実に休む」ことが感染を拡大させないために大事なことです。今後も引き続き、ご家庭でも予防に取り組んでいただけますよう、お願いいたします。

新型コロナウイルス感染症の取り扱いについて

令和5年5月8日から新型コロナウイルス感染症が感染症法において第5類に位置付けられたことにより、学校保健安全法施行規則が改正されています。改正前までは、学校感染症において新型コロナウイルス感染症を第1種の感染症とみなし、出席停止の期間の基準について「治癒するまで」とされていましたが、第2種の感染症に位置付け、出席停止の期間の基準を「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」とする規定が加えられています。

※ 無症状の感染者に対する出席停止の期間の取扱いについては、検体を採取した日から5日を経過するまで「発症した後5日を経過」や「症状が軽快した後1日を経過」については、発症した日や症状が軽快した日の翌日から数えます。

※あくまでも基準となりますので、基本的に受診した医師の指示に従ってください。

新型コロナウイルス感染症の学校感染症における取り扱い

改正前 第1種の感染症
「治癒するまで」



改正後令和5年5月8日から 第2種の感染症
「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」

お子さまが学校感染症と診断されたとき

学校感染症と診断されたときは、流行を防ぐため、出席停止となります。診察を受けた医師の指示にしたがって感染のおそれがなくなってから登校してください。「治癒証明」や「登校許可」などの書類は必要ありません。健康手帳の一番うしろのページにこのように保護者の方が記入をして、担任に提出してください。

がくねん 学年	びょう 病 めい 名	ちりよきかん 治療期間 しゅるい (出停期間)	しじ 指示された事項 いりようきかんめい 医療機関名	サインまたは印	
				ほごしや 保護者	がく 学 こう 校
1	インフルエンザ	H××年×月×日 ～ ×月×日	やまた病院	山田	
		年 がつ にち 月 日 ～ 月 日			



学校感染症一覧

	感染症名	出席停止の期間
第1種	エボラ出血熱 クリミア・コンゴ出血熱 痘そう 南米出血熱 ペスト マールブルグ病 ラッサ熱 急性灰白髄炎 ジフテリア 重症急性呼吸器症候群(病原体がコロナウイルス属 SARS コロナウイルスであるものに限る)および鳥インフルエンザ(H5N1)	治癒するまで
第2種	インフルエンザ * (鳥インフルエンザ(H5N1)を除く)	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
	百日咳	特有の咳が消失するまで又は5日間の適正な抗菌性物質剤による治療が終了するまで
	麻疹(別名：はしか)	解熱した後3日を経過するまで
	流行性耳下腺炎(別名：おたふく) *	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	発しんが消失するまで
	水痘(別名：水ぼうそう) *	すべての発しんが痂皮化(かさぶた)するまで
	咽頭結膜熱(別名：プール熱) *	主要症状が消した後2日を経過するまで
	結核 髄膜炎菌性髄膜炎	感染のおそれなくなるまで
第3種	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、症状が軽快した後一日を経過するまで
	流行性角結膜炎(別名：はやり目) * 腸管出血性大腸菌感染症 急性出血性結膜炎 コレラ 細菌性赤痢 腸チフス パラチフス その他の感染症	感染のおそれなくなるまで

* →よく報告があるものです。