

# ほけんだより



金沢小学校  
保健室  
R4.9.30

朝夕の風が涼しく、過ごしやすい季節になり、秋の気配を感じますね。

日中の温かさと、朝夕の寒さで気温差が大きくなってくるこの季節は、体調を崩しやすいです。半袖を着ているときにも、上着などを上手に利用して、季節の変わり目を元気に過ごしていけるようにしましょう。



## ◆10月の保健行事◆

日付	学年	内容
10月4日(火)	心電図検査	1年
10月20日(木)	秋の歯科検診	1年・4年
10月27日(木)	発育測定	1年・2年・6年
10月28日(金)		3年・4年・5年・のぞみ
10月31日(月)	口腔衛生指導	5年・のぞみ

※10月に発育測定を実施します。結果の記入が済み次第、健康カードを配付させていただきますので、確認が済みましたら学校まで提出をしてください。

※健康カードと一緒に今年度の健診結果を配付させていただきます。ご確認いただき、家庭で保管をお願いいたします。



感染症対策として、みなさんが丁寧に手洗いしている姿を毎日目にします。これからも正しい手洗いの仕方を実施していきましょう。

10月15日は「世界手洗いの日」

## どうして手洗いは大切なの？

ドアノブや手すり、机やスイッチなど、みんながさわるところには見えないバイキンがたくさん！



手についたバイキンは、口や鼻、目などから体の中に入って、悪さをします。体を守ろうとする力が弱まっていると、カゼをひいたり病気になることがあります。

だから、手洗い。石けんを使って、つめの間、手の甲、指の間、手首までしっかり洗おう。



手を洗ったあとは、きれいなタオルでふいてね

# インフルエンザ療養報告書について

本日、インフルエンザ療養報告書を配付させていただきました。

千葉市では、インフルエンザの療養が終了し、学校に登校する際に、インフルエンザ療養報告書の提出が必要になります。登校する際は、ご家庭で記入していただき、学校に提出をして下さい。もし、紛失してしまいましたら、学校までお声かけください。新しい用紙を配付させていただきます。何かわからないことがありましたら、ご連絡ください。よろしくお願いいたします。

千葉市立\_\_\_\_\_学校長 様
保護者が記入

**インフルエンザにおける療養報告書**

\_\_\_\_\_年 \_\_\_\_\_組 児童生徒名 \_\_\_\_\_

インフルエンザ（A型・B型・未判定）との診断（\_\_\_\_\_月\_\_\_\_\_日）を受け療養中のところ、下記経過のとおり症状が軽快し、出席停止期間の基準1～3を全て満たす状態に回復したことを報告します。よって、\_\_\_\_\_月\_\_\_\_\_日より登校します。

記

チェック	出席停止期間の基準
	<b>1</b> 発症日（発熱した日）を「0」とし、翌日から数え5日を経過している。 ⇒発症日を記入してください。 発症日：_____月 _____日（0日）
	<b>2</b> 解熱後2日を経過している。 ⇒朝から平熱に戻った日を1日と数えます。
	<b>3</b> 登校しても活動できる状態に症状が回復している。 ・咳がひどくありませんか。 ・食欲はありますか。 ・1日中起き上がっていつらくありませんか。

受診した医療機関名（ \_\_\_\_\_ ）

上記のとおり相違ありません。  
 \_\_\_\_\_年 \_\_\_\_\_月 \_\_\_\_\_日 保護者氏名 \_\_\_\_\_

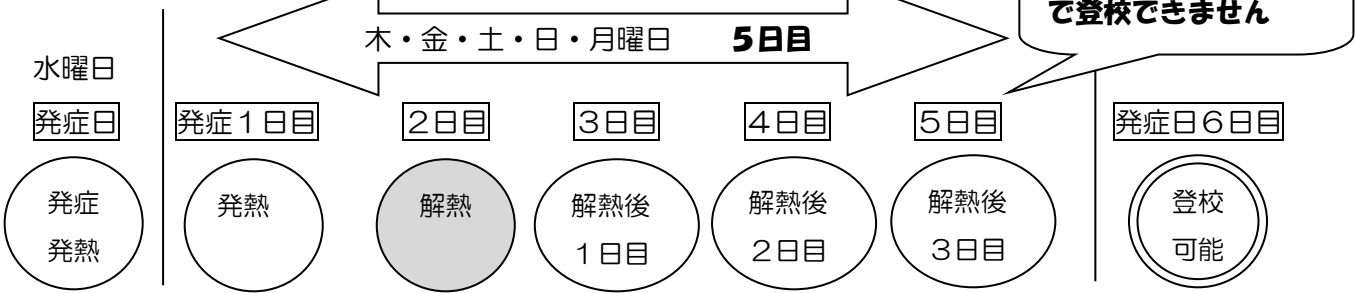
チェックを忘れずに入れてください

発症日を記入してください

※学校のHPからも印刷できます

## 出席停止期間

例) 発症後、2日目に熱が下がった場合



## 保護者の皆様へ

### 〇スポーツ振興センターについて

学校の管理下において怪我をし、医療機関を受診した場合、日本スポーツ振興センターの保険対象になります。診療費が合計で1500円以上の場合に適用になりますので、使用する場合は受給券を使用せず、支払いをしてください。申請のことでご不明なことがありましたら、学校までご連絡ください。

※けがが発生して2年間申請がないと、時効になってしまいます。