

ほけんだより

令和4年12月6日
調布市立若葉小学校
校長 生田目 将
養護教諭

今年も残すところあと1か月となりました。12月から一気に冬らしい寒さになっています。寒くても元気にすごせるよう、日頃から生活を整えましょう。

新型コロナウイルス増えています

若葉小学校や調布市内の小中学校で、新型コロナウイルスの感染者が増えています。健康観察を毎日行い、ご家庭でも感染予防に努めてください。

※本人や同居の家族に発熱等の風邪症状がある場合は、登校をさせないようお願いいたします。

インフルエンザの同時流行にも注意！

今年の冬は、新型コロナウイルス感染症とインフルエンザが、同時に流行すると言われています。東京都でも、インフルエンザが増えています。以下の症状がみられる場合は、インフルエンザの可能性もありますので、医療機関にご相談ください。

インフルエンザのおもな症状



急な高熱



せき・くしゃみ



だるさ



はなみず はな
鼻水・鼻づまり



ずつう
頭痛

インフルエンザの出席停止期間

| 0日目 | 1日目 | 2日目 | 3日目 | 4日目 | 5日目 | 6日目 | 7日目 |
|-----|-----|-----|-----|-----|------|------|------|
| 発症 | 発症 | 解熱 | 1日目 | 2日目 | 登校OK | | |
| 発症 | 発症 | 発症 | 解熱 | 1日目 | 2日目 | 登校OK | |
| 発症 | 発症 | 発症 | 発症 | 解熱 | 1日目 | 2日目 | 登校OK |

「発症後5日を経過」
かつ
「解熱後2日を経過」
するまで

登校許可証明書について

今冬も新型コロナウイルス感染症の感染リスクを鑑み、調布市医師会所属の医院で季節性インフルエンザと診断された場合に、許可日（登校が可能となる日）の見込みが記入された登校許可証明書を発行していただけることになりました。

つきましては、インフルエンザを疑う症状で病院を受診する際は、あらかじめ本校HPから登校許可証明書をダウンロードしてご持参ください。

ただし、あくまで見込みですので、体調が回復しない場合は、必ず再受診をお願いいたします。

※市外の病院を受診等により、医師に発行してもらえなかった場合は、許可日を医師にご確認いただき、保護者の方が登校許可証明書にご記入ください。

感染性胃腸炎にも気をつけよう

【どんな病気？】

ノロウイルス、ロタウイルスなどのウイルスによる胃腸炎。

11月～3月ごろに多く見られる。

【症状】

●吐き気・嘔吐

●下痢・腹痛

●頭痛・発熱

●嘔吐や下痢にともなう脱水症状



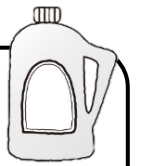
【かからないために】

ノロウイルスは、予防のためのワクチンがないので、ウイルスを体に入れないことが大切です。『手洗い』と『感染者の便や嘔吐物の処理』の徹底がポイントです。

***嘔吐や下痢でトイレなどを汚してしまったら、先生やおうちの人にすぐに言いましょう！**

嘔吐物等で汚れた衣類の取り扱いについて

学校では感染性胃腸炎などの感染症による感染拡大防止のため、汚れた衣服などをそのまま持ち帰らせます。お手数ですが、ご家庭での処理をお願いします。



① 塩素系漂白剤（酸素系では効果がありません）を希釈し（0.02%次亜塩素酸ナトリウム）30分以上つけおきする。（色柄物は色落ちすることがあります。）

※色落ちする衣服は、85℃以上の熱湯に1分以上つけおきすることでも消毒効果があります。

② 消毒後、他のものと分けて洗濯する。

保健委員会の取り組みを紹介！

学校のトイレや流しをきれいに使うために、保健委員会でポスターを作成しました。一人一人デザインを考え、トイレの個室や流しに貼っています。きれいに使うことは、感染症の予防にもつながります。みんなできれいに使い、気持ちよくすごしましょう！

