

ほけんだより 5月

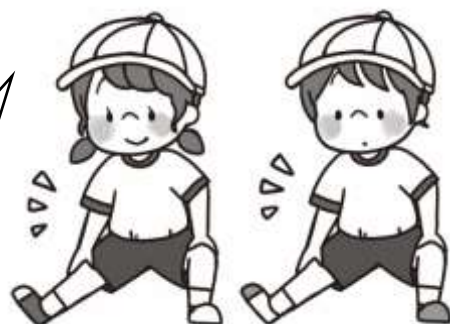
令和5年5月2日 土庄町立土庄小学校 保健室

しんがくねん 新学年になって1か月が経ちました。かんきょう 環境が変わるとあたらしい 出会いがたくさんありますが、新しい生活にがんばって慣れようとして、からだや心が疲れてきている人もいられるかもしれませんね。5月は本格的に運動会練習が始まります。きゅうあつ 急な暑さによるねっちゅうしょう 熱中症やけがを予防しましょう。また、やすひ 休みの日には、からだと心をしっかりと休めて、げんき 元気に過ごせるようにしましょう。

5月 保健目標 けがを予防しよう

うんどう 運動をする前には、しっかりしゅんびうんどう 準備運動をしましょう。そと 外に出るときはぼうし 帽子を被りましょう。

また、すいとう 水筒は必ずち 持ってきていますか？どんどん きおん 気温もたか 高くなっています。こまめに すいぶん 水分をとるようにしましょう。



5月の保健行事のお知らせ

- 8日(月) 視力検査…1年生
- 9日(火) 内科検診…5年生
- 10日(水) 心電図検査…1年生・2～6年生希望者
- 11日(木) 歯科健診…4年生
- 12日(金) 聴力検査…2年生
- 23日(火) 歯科検診…2年生
- 24日(水) 尿検査…全校生
聴力検査…3年生
- 25日(木) 聴力検査…5年生
- 30日(火) 内科検診…1年生



健康診断の結果から生活をふりかえってみよう



ちようじかん 長時間、
ゲーム機やスマホを
つか 使っていませんか？



しょくご 食後には
歯みがきは
していますか？



イヤホンなどで
ちようじかん 長時間、おんがく 音楽を
き 聞いていませんか？

長子配布



学校における感染症対策について

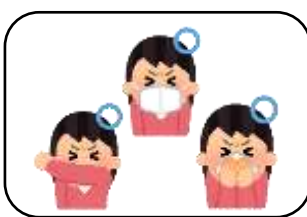
新型コロナウイルス感染症は、令和5年5月8日付けで、感染症の予防及び感染症の患者に対する医療に関する法律上の5類感染症に移行することとなりました。5類感染症への移行後は、感染状況が落ち着いている平時においては、換気や手洗いといった日常的な対応を継続することが基本となります。その上で、感染流行時には、一時的に活動場面に応じた対策を講じることが考えられます。

学校においても、学校医・学校歯科医・学校薬剤師等と連携した保健管理を行ってまいりますので、ご家庭でも健康観察や基本的な感染症予防をお願いいたします。

【日常的な感染症対策】



ていねいな手洗い



咳エチケットを守る



しっかり換気

毎日、清潔なハンカチやティッシュを持っていますか？感染症対策のための必要な持ち物です。家を出る前にチェックしましょう。

【新型コロナウイルス感染症に係る出席停止期間の基準】

「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」

→解熱剤を使用せずに解熱し、かつ、呼吸器症状が改善傾向にあること

※ 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日を経過するまでを基準とすること

<最低基準> 発症した後 5日を経過	発症日	発症後						発症後5日を 経過した後	
	0日目	1日目	2日目	3日目	4日目	5日目	6日目	7日目	
発症後1日目に症状 が軽快した場合	発熱など 	症状軽快 	症状軽快後 1日目	発症後 3日目	発症後 4日目	発症後 5日目	登校 可能		
出席停止									
発症後2日目に症状 が軽快した場合	発熱など 	発熱など 	症状軽快 	症状軽快後 1日目	発症後 4日目	発症後 5日目	登校 可能		
出席停止									
発症後3日目に症状 が軽快した場合	発熱など 	発熱など 	発熱など 	症状軽快 	症状軽快後 1日目	発症後 5日目	登校 可能		
出席停止									
発症後4日目に症状 が軽快した場合	発熱など 	発熱など 	発熱など 	発熱など 	症状軽快 	症状軽快後 1日目	登校 可能		
出席停止									
発症後5日目に症状 が軽快した場合	発熱など 	発熱など 	発熱など 	発熱など 	発熱など 	症状軽快 	症状軽快後 1日目	登校 可能	
出席停止									

同居家族等が感染した場合、出席停止の対象には
なくなりました。

発熱や咽頭痛、咳等の
普段と異なる症状があ
る場合には、無理をせず
に、休養することが重要
です。朝の健康観察をよ
ろしくお願いします。

また、出席停止解除は
発症から10日を経過す
るまでは、マスクの着用
をおすすめします。

ちなみに・・・インフルエンザの出席停止期間は、

「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」です。ご注意ください。