

けんこう

平成28年12月6日(火)
熊谷市立玉井中学校
保健室



12月の保健目標
かぜ・インフルエンザを
予防しよう

学校教育目標
「志を高く、夢を大きく、
日々努力する生徒を育てる」

今年最後の月がやってきました。どんな一年でしたか？
寒い冬を迎えます。バランスの摂れた栄養、十分な睡眠、
適度な運動で、寒さに負けない体づくりを心がけましょう。



症状別

冬に気をつけたい！ 感染症



発熱、下痢、嘔吐、脱水
(重症化した場合) けいれんなど

ノロウイルス

流行期：11～2月ごろ
突然、嘔吐し、水っぽい便が出ます。
軽い熱ですむこともあります。

**発熱、咳、鼻水、
ゼーゼーと音がする呼吸など**

RSウイルス

流行期：11～1月ごろ
感染力が強く、生後2歳までにほとんどの子どもがかかると言われてます。
乳児が感染すると、細気管支炎や肺炎など重症化することもあります。

高熱、頭痛、全身の痛み
(重症化した場合) けいれん、意識障害など

インフルエンザ

流行期：12～3月ごろ
急に38度以上の高熱が出て、頭痛や関節痛、筋肉痛など全身の痛みがあります。
重症化するとインフルエンザ脳症、熱性けいれん、意識障害を起こすこともあります。感染が疑われたらすぐに病院へ行きましょう。

注意

発症日(発熱した日)を0日と数え、5日を経過し、かつ解熱後3日経過するまで登園停止です。

発熱、長く続く咳など

マイコプラズマ

1年を通して発症例があります(冬にやや増加)
しつこい咳が特徴。重症化すると肺炎などを起こすこともあります。
初めはかぜと診断されることもあるので、咳が長引く場合は再受診し、抗菌薬を処方してもらいましょう。

インフルエンザ /ロウウイルス

(感染性胃腸炎)

マイコプラズマ

注意報発令中！

本校ではまだ、インフルエンザの報告はありませんが、そろそろ流行期をむかえます。市内では学級閉鎖をした学校も出ています。出来る限りの予防をしましょう。

- ★予防接種
- ★手洗い・うがい
- ★換気・マスク着用
- ★栄養・睡眠



◆保護者の方へ◆

感染症の流行を広げないために次のことをお願いいたします。

- 朝から体調が良くない場合は、無理して登校させることのないようにお願いします。
- 医師からインフルエンザや感染性胃腸炎と診断された場合は、必ず学校へ連絡してください。出席停止の扱いになります。※出席停止期間を守って、登校させてください。
- インフルエンザや感染性胃腸炎の流行が心配されるこの季節は、早退等、早めに対処させていただきます。ご理解の上、ご協力をお願いいたします。

※出席停止期間※

【インフルエンザ】

**発症後5日を経過し、かつ、
解熱後2日(幼児3日)を
経過するまで**
※発症日や解熱日は0日です。



【感染性胃腸炎】

**下痢・嘔吐症状が軽快し、
全身症状が改善されれば登校可能**

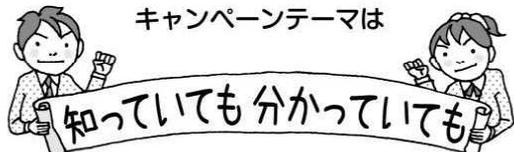
◎かかった医療機関のお医者さんから指示を受けてください。

**もうすぐ冬休み。薬物乱用は、ダメ！ゼッタイ！！
酒もタバコも、成長期のあなたの体と心を壊してしまいます！！
どんな誘いがあっても、強い意志を持って手を出さないで！！**



2015年新規に報告された日本のHIV感染者数は1,006件、AIDS患者数は428件（共に過去8位）で、近年は合計1,500件くらいを推移しています。減少はしても、予断を許さない状況です。

2016年度「世界エイズデー」の
キャンペーンテーマは



AIDS IS NOT OVER

「HIV/AIDSはまだ終わっていない。知っていても、分かっていても、行動が伴わなければ効果的な予防にはつながらない。だからみんなが正しい知識を得て、5つの行動、予防・検査・治療・支援・理解を実践しよう」と呼びかけています。

(公財)エイズ予防財団/エイズ予防情報ネットより一部抜粋



目指せ！玉中生むし歯0！！への道

11月に2回目の歯科健診を行いました。治療のすすめがあった人は今年中に歯医者へ行きましょう。

むし歯治療が必要な人 56人
歯肉炎・歯石で治療が必要な人 11人

(12月1日現在)