



# 12月



## 保健室だより

matsunoyama Academy

令和7年12月5日 第8号

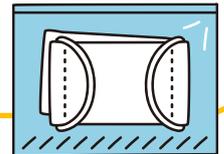
十日町市内でインフルエンザが猛威をふるっています。先月は当学園も学校閉鎖を実施しました。保護者の皆様のご協力に感謝いたします。今後も引き続き全校体制で手洗い・うがい、教室の換気等を行い、感染症予防に努めていきます。ご家庭でもお子さんと一緒に引き続き予防対策をよろしく申し上げます。9年生は入試へ向けての大切な時期です。体調管理についてご協力をよろしく申し上げます。

### 感染症対策にご協力をお願いします！

#### ～マスクの常備をお願いします～

学園でのインフルエンザ等の感染症拡大防止のため、子どもたちにマスクを常備させておきたいと考えています。つきましては、使い捨てのマスク2～3枚をお子さんに持たせていただき、学園でいつでも使えるようにご準備をお願いします。もちろん強制するものではありませんが、給食の配膳時には衛生面も考慮しマスクの着用を指導しております。

ご理解とご協力をお願いします。



### 出席停止期間のお知らせ

インフルエンザや新型コロナウイルス感染症、感染性胃腸炎等の感染症に感染した場合、出席停止となります。感染症によって出席停止期間が異なりますので、ご確認をお願いします。

	インフルエンザ	新型コロナウイルス感染症
<b>出席停止期間</b>	発症した後（発熱の翌日を1日目として）5日を経過し、かつ解熱した後2日を経過するまで	発症した後5日を経過し、かつ、症状が軽快した（解熱薬を使用せずに解熱し、かつ、呼吸器症状が改善傾向にある）後1日を経過するまで
<b>登校再開にあたって</b>	【療養解除届】保護者が記入し、提出する。（医療機関への提出の必要なし。） 【登校許可書】上記2つ以外の感染症の場合は、医療機関で書いてもらい、学園へ提出する。	

※ 療養解除届・登校許可書は、学園HP「お知らせ」及び「配付文書」に掲載してあります。学園で紙の準備もあります。

※ 出席停止期間は感染症によって異なるため、いつでも学園へご連絡ください。

※ 感染症拡大防止のため、出席停止期間をお守りくださいますようお願いいたします。



# 冬に流行しやすい 感染症

## インフルエンザ



### 特徴

通常の風邪と比べて、急激に強い症状が現れる。

### 潜伏期間

1～3日

### 症状

38度以上の高熱、頭痛、関節痛、咳、鼻水、倦怠感、悪寒 など

## ノロウイルス



### 特徴

感染力が非常に強く、感染者の排泄物やおう吐物などからも感染する。

### 潜伏期間

1～2日

### 症状

吐き気、おう吐、下痢、腹痛、軽度の発熱 など

## 新型コロナウイルス



### 特徴

風邪のような軽い症状から、強い発熱や呼吸器症状まで幅広い。

### 潜伏期間

2～4日程度

### 症状

咳、のどの痛み、37.5度以上の発熱、倦怠感、味覚障害 など



## 薬物乱用防止教室を開催しました！（J期）

11月27日（木）6限に8・9年生を対象に薬物乱用防止教室を開催しました。講師は学校薬剤師の粉川英明先生です。

薬物乱用と聞くと、大麻や覚せい剤、コカインなどが思い浮かびますが、最近一番問題となっているのが「市販薬」です。特に10代の薬物事案の大きな割合を占めているのがこの市販薬によるオーバードーズ（過剰摂取）です。簡単に手に入り、誰でも購入できますが、使い方を間違えるとそれは毒になります。

印象的だったのは、「一度体に入ったものはどんな名医でも取り除くことはできない。なかったことにはできない。」という言葉です。用法容量を守ることは、薬の効果を高めるとともに、自分の体を守る事でもあるのですね。

※11月20日に予定していた5・6年生の薬物乱用防止教室はインフルエンザ流行拡大のため、1月22日（木）に延期しました。

