

ほけんだより

令和7年10月24日（金）第14号 札幌市立簾舞中学校



感染症流行中です!!

かぜの予防にご協力を 😞

今月は、3年生で感染症による欠席が急増し、学級閉鎖を行いました。たくさんの方が一緒に過ごす教室は、感染症が流行しやすい状況にあります。だからこそ、一人ひとりが「予防」「対策」の意識を高く持って生活してほしいと思います。

こんなとき、あなたならどうする？



みすまい くまた
中学2年生 簾舞 熊太くん

平熱 36.5 いつも元気で運動が得意。好きな教科は体育



10/20(月) 20:00

なんだか頭が痛い…。体温を測ったら 37.5。
体もだるいし、早めに寝よう。



10/21(火) 7:30

まだ少し頭が痛いけど、体温は 37.0。
今日は体育がある。

このような状況の時、
あなたが熊太くんだったら学校に行きますか？

① 欠席する

② 微熱のため
登校する

③ 頭痛薬を飲んで
登校する

結末は裏面へ！

その後の熊太くんは…

10/21(火) 12:00

頭が痛くて体がだるい…寒気もでてきた。
体温は 38.0 まで上がってしまった。

10/22(水) 13:30

病院を受診したら「**新型コロナウイルス感染症**」だった。
発症日が 10/20(月)と判断されて 10/25(土)まで出席停止になった。



欠席するか迷うときに考えてほしいこと



朝の^{ひねつ}微熱は要注意！！

体温は朝が一番低く、昼にかけて上がっていきます。
朝、微熱の場合はその後体温が高くなる可能性があります。



薬を飲んでも治ったわけではない！！

「痛み止め」や「^{げねつざい}解熱剤」は、^{おさ}症状を抑えるためのものです。
薬の効果で一時的に、痛みや発熱が良くなったとしても、治ったわけではありません。
痛みや発熱の原因が感染症であれば、感染力はある状態です。



今、無理をするべき時…？

欠席日数や授業の遅れが気になる人もいると思います。
定期テストや受験当日であれば、無理をしてでも学校に来るべきかもしれません。
でも、そうでない場合は、自分の身体と周りの人への影響を考えて判断しましょう。

まとめ

熊太くんの例では、「欠席」することがベストな選択

もしも学校に登校した場合、自分の体調もすごく辛いですし、周りの人にもうつしてしまう可能性が高いですね。

症状・体温・無理をするべき必要があるか？を判断材料に、考えてみてほしいと思います。