

ほけんだより



札幌市立宮の森中学校 保健室発行 2025.10.9 No.10

早くも

インフルエンザの流行期に突入か？



厚生労働省は3日、全国の定点医療機関で1週間に報告された季節性インフルエンザ患者数が1医療機関当たり1.04人となり、「流行期入りの目安」とされる1人を上回ったと発表しました。昨年に比べて1か月以上早い流行期入りで、11月より早く発表されたのは2023年度以来2年ぶりのことです。特に、今年9月以降に感染した患者の8割が19歳以下の若い世代で、感染者数の多い沖縄県や東京都では学級閉鎖や休校が相次いで発生しているそうです。札幌市でも、今年は9月中旬以降、すでに学級閉鎖の措置をとった学校が発生しています。

これからの時期、こまめな手洗いと換気、十分な睡眠と栄養・運動による免疫力向上、さらに、マスクの着用や咳エチケットの実行、発熱などの症状がある時は無理せず休養するなど、「うつらない・うつさない」ための感染症対策を一人一人が心がけていくことが大切です。以下、インフルエンザと新型コロナウイルス感染症の出席停止期間を表にしましたので、確認してください。なお、出席停止に該当する場合は、症状や受診医療機関名など、確認させていただきたい事項がありますので、“すぐ一”の欠席連絡と合わせて、直接、学校へ連絡いただきますようお願いいたします。

【インフルエンザによる出席停止期間】 発症後5日を経過し、かつ解熱後2日を経過するまで。

例: ❶	発症日	出席停止期間（発症後5日間）							
	0日目	1日目	2日目	3日目	4日目	5日目			
発症後2日目に 解熱した場合	発症 (発熱)	発熱	解熱	解熱後 1日目	解熱後 2日目	発症後 5日目	登校OK		
例: ❷	発症日	出席停止期間（発症後5日を経過、かつ解熱後2日を経過）							
	0日目	1日目	2日目	3日目	4日目	5日目	6日目	7日目	8日目
発症後5日目に 解熱した場合	発症 (発熱)	発熱	発熱	発熱	発熱	解熱	解熱後 1日目	解熱後 2日目	登校OK

【新型コロナによる出席停止期間】 発症後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。

例:❶	発症日	出席停止期間（発症後5日間）							
	0日目	1日目	2日目	3日目	4日目	5日目	6日目		
発症後2日目に 症状が軽快した場合	発症 (発熱)	発熱等	解熱 症状軽快	発症後 3日目	発症後 4日目	発症後 5日目	登校OK		
例:❷	発症日	出席停止期間(発症後5日を経過、かつ症状軽快後1日を経過)							
	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5日目に 症状が軽快した場合	発症 (発熱)	発熱等	発熱等 症状有	発熱等 症状有	発熱等 症状有	症状 軽快	軽快後 1日目	登校OK	

※発症後10日間程度はウイルスを排出する可能性があるため、その間は不織布マスク着用を推奨。



感染症を寄せつけない

5つの工夫

インフルエンザなど感染症が流行しやすい時期になりました。少しの心がけでかかりにくくできます。



日本スポーツ振興センター の手続きを忘れていませんか？

全校生徒の皆さんは、授業中や部活動、休み時間や登下校の際に発生してしまう不慮の災害に備えて、『独立行政法人日本スポーツ振興センター 災害共済給付制度』に加入しています。この制度により、学校管理下で生じた負傷で医療機関や整骨院を受診した場合、災害給付金の申請を行うことで給付金が支給されます。次に該当する人で申請を希望する人は、至急、学校へ連絡あるいは、必要書類の提出をお願いします。

- ◆病院で記入してもらった「医療等の状況」を学校へ提出していない
- ◆学校でケガをして病院や整骨院で治療を受けたが、学校へ連絡していない

＜災害給付申請の対象となる負傷とは…？＞

- | | |
|-----------|----------------------|
| ①授業中の負傷 | ②部活動など教育計画に基づく活動中の負傷 |
| ③休憩時間中の負傷 | ④通常の経路及び方法による登下校中の負傷 |



※上記の①～④に発生した災害で、初診から治ゆまでの医療費総額（点数）が5,000円（500点）以上の場合、災害給付金申請の対象になります。つまり、医療費の自己負担額が3割の場合は、療養に要した額が1,500円以上の場合対象となり、こども医療費助成制度を利用した場合は、医療費総額が500点以上であれば対象となります。

ただし、生活保護世帯の医療費や保険診療以外の医療費など、給付の対象にならないものもありますので、申請したいが該当するのかわからない…などの場合は、保健室（宮の森中：☎612-1147）までお問い合わせください。